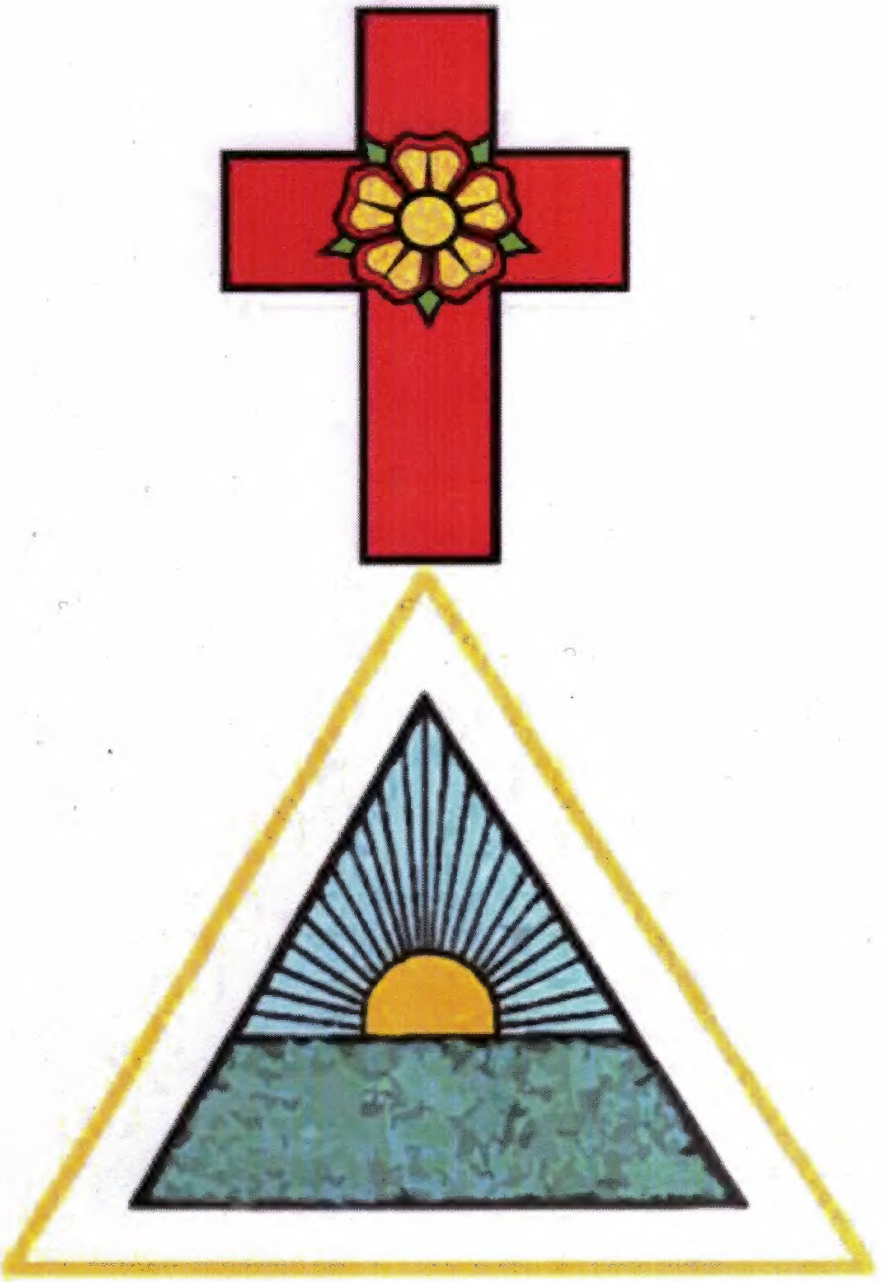


INSTRUCTIONS GÉNÉRALES

MANUEL D'INSTRUCTION DU GRADE DE NÉOPHYTE
VOLUME 1

MANUEL D'INSTRUCTION DU GRADE DE NÉOPHYTE
VOLUME 1
INSTRUCTIONS GÉNÉRALES

Nouvelles traductions et révision:
Frater *Victor Per Lucem,* Sub-Praemonstrator
Soror *Bene Semper Vertat*, Cancellaria
Frater *Stat in Medio Ardoris*, Praemonstrator

Imprimatur *Frater Stat in Medio Ardoris*, Praemonstrator
Temple Neith Amon n°4 de Paris

EXEMPLAIRE

Délivré à :

Le :

Tout exemplaire ne portant pas la signature autographe de (Soror Bene Semper Vertat), Cancellaria du Temple n° de Paris, et le sceau dudit Temple, sera considéré comme une contrefaçon. La loi du 11 mars 1957 interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivant du Code pénal.

édition révisée novembre 2014

August Order of the Mystic Rose — Auguste Ordre de la Rose Mystique

A.O.M.R — A.O.R.M.

AUGUSTE ORDRE DE LA ROSE MYSTIQUE
TEMPLE NEITH AMON N°4 DE PARIS

Au nom du Seigneur de l'Univers !

Nous, les Soussignés chefs du Temple Neith Amon n° 4 de Paris, certifions par la présente que :

Denis Wildenstein.

Qui a pris la devise mystique de :

Dionysos Salilus.

A été dûment admis le

Samedi 22 novembre 2014.

A participer aux secrets et mystères du Grade de

Néophyte 0° = 0°

Et qu'il est le 44ème membre de notre Temple depuis sa fondation en 2010

L'Impérator — *La Cancellaria* — *Le Praemonstrator*

L'initiation de Néophyte ne donne, en aucune façon, l'autorisation d'initier d'autres personnes ou d'ouvrir un Temple

III. LEÇON n° 1

Vous allez maintenant commencer votre entraînement magique ; comme nous l'avons déjà spécifié dans les instructions générales, vous devez commencer ce premier exercice un dimanche, jour du soleil, et vous devrez continuer à le pratiquer pendant les 15 jours suivants. Dès la fin de votre exercice, n'oubliez pas de noter sur votre journal magique les résultats que vous obtiendrez.

Votre premier exercice combinera à la fois une posture de méditation, une technique de relaxation et une technique de respiration. C'est donc un exercice fondamental que vous devrez maîtriser à la perfection avant de pouvoir effectuer tous les autres exercices correctement. Ne négligez donc pas ce premier exercice, car vous auriez ensuite des difficultés à mettre en pratique les exercices de méditation et de visualisation suivants qui intègrent cet exercice fondamental.

1) La posture de méditation du Pharaon

Une posture correcte pour méditer est absolument essentielle : en effet la façon dont nous nous asseyons influe non seulement sur la circulation sanguine, mais affecte aussi le flux des courants éthériques subtils qui circulent dans le corps d'énergie vitale, appelé aussi le « double » ou le « Ka » chez les anciens égyptiens. Afin de contrôler ces courants de forces subtiles, un grand nombre de postures ont été élaborées au cours des siècles, plus particulièrement au sein des écoles de yoga indien, où elles sont connues sous le nom d'*Asana*. Mais au sein de notre Ordre, vous pratiquerez des postures simples provenant des Écoles de Mystères égyptiennes.

La posture égyptienne la plus simple et la plus fondamentale est appelée « posture du Pharaon », car elle est identique à celle des statues colossales représentant le Pharaon assis sur son trône. Pour la pratiquer vous devez vous asseoir sur une chaise en évitant absolument les fauteuils, trop bas et trop mous. Asseyez-vous donc sur une chaise, sans vous appuyer contre le dossier, le dos bien droit et la colonne vertébrale rectiligne ; évitez d'être voûté, ou à l'inverse d'être trop cambré, et veillez à ce que vos épaules ne tombent pas. Votre cage thoracique doit être ouverte, légèrement bombée et les épaules doivent être légèrement tirées vers l'arrière. Vos mains doivent reposer sur vos cuisses, presque sur vos genoux. Vos pieds doivent reposer bien à plat sur le sol, vos jambes formant avec eux un angle droit en équerre. Vos genoux et vos pieds doivent être serrés l'un contre l'autre. Vous ne devez surtout pas croiser les jambes, ni les mains. Enfin, vous devez rentrer votre menton en le ramenant vers votre cou de façon à ce que votre nuque soit bien dans le prolongement de votre colonne vertébrale qui sera ainsi légèrement étirée. Vos yeux doivent regarder droit devant eux. Essayez maintenant de prendre cette posture et de vous y sentir à l'aise : observez les réactions de votre corps et de votre mental tout en veillant à garder la posture correctement dans la plus grande immobilité pendant quelques minutes. Vous serez sans doute surpris de constater le pouvoir apporté par cette posture, sa majesté et sa stabilité. Vous prendrez conscience que jusqu'à présent vous n'aviez pas la

bonne attitude, ni sur le plan physique, ni sur le plan mental : cette posture favorise en effet l'éveil et l'alignement de la conscience.

Tout en gardant cette posture, pensez aux statues colossales de l'ancienne Égypte qui représentaient les pharaons et les dieux assis sur leurs trônes cubiques. Imaginez de que vous êtes comme eux, aussi solides que le roc, impassibles et indifférents aux injures des intempéries et du temps... Il est très important que vous vous sentiez bien dans cette posture et que ne soyez ni tendu ni crispé. Vous devez trouver une sorte d'équilibre intérieur en adoptant cette posture qui doit devenir naturelle pour vous.

2) Exercice de relaxation

Afin d'éviter de crisper vos muscles inconsciemment lorsque vous adopterez la posture du Pharaon, vous devez auparavant apprendre à vous décontracter et à vous relaxer. Vous ne devez pas en effet associer cette posture avec la notion d'effort, laquelle entraîne automatiquement une tension musculaire et psychique. Vous devez au contraire être complètement détendu dans cette position, tout en la tenant de façon correcte. Afin d'être parfaitement relaxé, vous devez apprendre à détendre tous les muscles que vous crispez inconsciemment lorsque vous prenez la posture du Pharaon

(1) Commencez d'abord par diriger votre attention sur le sommet de votre crâne Vous serez surpris de constater que très souvent vous maintenez inconsciemment une tension musculaire au niveau de votre cuir chevelu. Si c'est le cas, prenez vos cheveux à pleines mains et tirez-les doucement vers l'arrière : cette action soulèvera légèrement la peau de votre crâne et libérera vos tensions. Vous pouvez aussi masser votre cuir chevelu avec vos doigts.

(2) Continuez ensuite par les tempes et massez-les en exerçant une pression avec l'extrémité de vos doigts tout en leur faisant faire de lents mouvements circulaires ; il est possible que vous ressentiez certains points douloureux au niveau des tempes : insistez alors sur ces points en les massant jusqu'à ce que vous sentiez que ces points ont été décongestionnés.

(3) Massez ensuite les muscles du front et plus particulièrement la racine de votre nez, entre les deux yeux : souvent de nombreuses tensions musculaires s'accumulent dans cette zone et autour des sourcils...

(4) Décrispez ensuite vos mâchoires : massez vos maxillaires et veillez à détendre cette zone en entrouvrant légèrement la bouche et en laissant tomber la lèvre inférieure : vos dents ne doivent pas être serrées.

(5) Détendez ensuite votre cou et votre nuque ; habituellement cet endroit du corps est terriblement contracté. Le meilleur moyen pour le détendre est d'effectuer une série de lentes rotations de la tête d'avant en arrière. Faites d'abord une série de rotation dans un sens, par exemple de droite à gauche, puis dans l'autre sens, de gauche à droite. Il est possible que vos vertèbres craquent un peu : ne soyez pas inquiet, vous assouplissez des zones en général peu mobilisées.

(6) Massez-vous ensuite les muscles des trapèzes (qui unissent le cou et les épaules) en les prenant à pleine main.

(7) Relaxez ensuite vos épaules en ramenant celles-ci plusieurs fois d'avant en arrière assez rapidement ou en faisant rouler vos articulations en haussant les épaules.

(8) Détendez ensuite les muscles du dos et ceux des bras, étirez vos bras devant vous le plus loin possible tout en faisant le dos rond et en détendant les muscles du dos.

(9) Décontractez vos poignets et vos mains en faisant des rotations du poignet, poings fermés, puis en ouvrant et en fermant les mains plusieurs fois de suite, doigts bien écartés et bras tendus.

(10) Détendez ensuite les muscles fessiers, en les contractant et en les décontractant plusieurs fois de suite.

(11) Enfin, détendez vos jambes en les étirant devant vous tout en ramenant vers vous la pointe des orteils, talons tendus. Vous pouvez aussi décontracter les mollets, en étant toujours assis et en faisant décoller vos talons du sol plusieurs fois de suite.

(12) Lorsque que vous aurez exécuté tous ces mouvements (ce qui ne prend que quelques minutes), reprenez votre position de méditation première dans la posture du Pharaon. Puis inspirez profondément, retenez votre respiration et crispez tous vos muscles de toutes vos forces, en serrant bien les poings, les fessiers, les abdominaux, etc.... Détendez ensuite brusquement tous vos muscles en expirant. Répétez ce processus trois fois de suite : vous serez alors profondément détendu et prêt à passer à la relaxation mentale.

3) Relaxation mentale

Reprenez la posture du Pharaon. Fermez les yeux et répétez mentalement trois fois : « *Je suis parfaitement détendu, tous les muscles de mon corps sont détendus* ». Ensuite faites le vide mental : pour cela concentrez-vous simplement sur l'obscurité que vous voyez devant vous en fermant les yeux et efforcez-vous de ne penser à rien. Suspendez pendant quelques instants tout dialogue intérieur, toute pensée ; soyez totalement passif. Prenez bien soin de ne pas vous contracter en faisant cet exercice de vide mental et plus particulièrement de ne pas crisper les muscles faciaux. Il s'agit en fait d'un exercice de « non-effort », de détente mentale complète. Si une pensée ou une image se présente à vous, laissez-la passer sans vous y accrocher en maintenant devant vous l'écran noir, vierge de toute image. Lorsque vous réussirez à maintenir pendant quelques minutes cet état de conscience particulier, ce vide mental dans un état d'éveil (Attention ! Vous ne devez pas vous endormir, mais garder une attitude d'éveil), vous ressentirez un grand bien être.

Vous ferez l'expérience d'une paix profonde et d'une détente véritable : vous aurez réussi à déconnecter votre mental et vous aurez ainsi l'impression de « décom-

presser ». Les tensions musculaires sont souvent dues au stress, à la tension nerveuse que nous accumulons jour après jour dans le tourbillon de nos activités. Il est donc absolument primordial que vous appreniez à effectuer ce lâcher-prise afin de vous régénérer d'une part, et d'autre part afin d'apprendre à contrôler votre mental, car la magie commence par le contrôle du mental. Or, le contrôle des pensées est étroitement lié à la maîtrise de la respiration. Lorsque le mental est agité, la respiration est saccadée et rapide ; lorsque le mental est calme, la respiration est lente et profonde. C'est pourquoi on peut agir sur le mental en modifiant le rythme respiratoire.

4) L'art de la respiration

Comme nous venons de le dire, il existe une corrélation étroite entre le rythme respiratoire et l'état émotionnel et mental. Vous avez certainement dû remarquer que lorsque vous êtes dans un état émotionnel agité (par exemple en colère), votre rythme respiratoire augmente considérablement. Par contre lorsque vous êtes calme et détendu, votre respiration tend à devenir plus lente. Les anciens sages avaient remarqué ce phénomène : ils s'étaient aperçus qu'en diminuant le rythme respiratoire, ils pouvaient facilement contrôler le flot des émotions et des pensées. C'est en partant de cette simple observation, qu'ils créèrent les exercices respiratoires. Vérifiez par vous-mêmes ce fait en l'expérimentant.

5) L'hyperventilation

Respirez rapidement par la bouche, comme si vous haletiez, et observez les résultats. Mis à part une certaine excitation émotionnelle, vous expérimenterez également certaines réactions du corps dues à l'hyperventilation et à la suroxygénation. Il est intéressant de mentionner que si vous exercez un métier sédentaire dans un bureau, cette respiration rapide permettra d'oxygéner plus abondamment votre circulation sanguine et sera très bénéfique pour votre santé. Si vous décidez de pratiquer cette respiration rapide, n'en abusez pas outre mesure : cela peut être dangereux, particulièrement pour les personnes cardiaques. Une fois que vous avez pu constater les effets de la respiration rapide, essayez de respirer très lentement et comparez les résultats...

La plupart du temps nous respirons en utilisant seulement la moitié de la capacité de nos poumons, qui s'en trouvent de ce fait souvent atrophiés. Cette mauvaise respiration est la cause de la mauvaise santé de très nombreuses personnes, car elle affecte directement le système circulatoire et par conséquent le sang se trouve insuffisamment oxygéné et purifié. Ceci est particulièrement vrai pour les personnes ayant des emplois sédentaires. Les exercices respiratoires sont donc très salutaires pour la santé physique. Du point de vue psychique, ils sont encore plus précieux, car ils permettent d'oxygéner le cerveau en abondance et de stimuler les facultés psychiques. Votre premier objectif sera d'essayer d'augmenter graduellement votre capacité respiratoire ; cela ne se fera pas immédiatement : en effet, si vous avez mal respiré toute votre vie, vos poumons auront du mal au début à s'habituer à cette

respiration profonde. Toutefois, petit à petit, votre capacité respiratoire augmentera grâce à la posture du Pharaon et grâce à vos exercices respiratoires.

6) Exercice de respiration rythmée à 4 temps

Nous allons maintenant commencer le premier exercice de respiration contrôlée. Prenez tout d'abord soin de bien aérer la pièce où vous vous trouvez en ouvrant en grand la fenêtre et la porte de façon à créer un courant d'air. Après quelques instants, fermez la porte de la pièce et laissez la fenêtre ouverte si la température extérieure n'est pas trop fraîche.

(1) Adoptez la posture du Pharaon qui a été décrite auparavant.

(2) Relaxez-vous comme nous vous l'avons expliqué.

(3) Respirez à fond par les narines, bouche fermée. Remplissez vos poumons autant que vous pouvez, c'est-à-dire, selon la capacité maximale de vos poumons. Pour cela, il est important que vous commenciez à respirer en gonflant votre ventre et en dilatant votre diaphragme, puis vos côtes flottantes. Dilatez seulement ensuite votre cage thoracique, puis faites monter l'air jusqu'en haut de vos poumons et jusqu'aux clavicules en élargissant bien la poitrine et en tirant légèrement sur vos épaules vers l'arrière.

(4) Interrompez votre respiration : une fois que vous avez profondément inhalé, vous devez retenir votre respiration pendant un instant. Il est très important de ne pas retenir votre respiration en bloquant votre larynx et vos fosses nasales par un effort de volonté : une telle méthode peut s'avérer dangereuse ! Une fois l'air inspiré, la poitrine doit être gonflée tandis que le muscle du diaphragme et les abdominaux doivent être détendus. Il faut donc retenir sa respiration en laissant les côtes dans la position où elles se trouvent à la fin de l'inspiration et en détendant la gorge. Un bon test est de frapper la poitrine : l'air sera alors en partie expulsé automatiquement ; il ne doit pas y avoir de barrière entre la poitrine et la bouche ou la gorge.

Vous devez donc être capable de retenir l'air que vous avez inspiré dans vos poumons tout en ouvrant la bouche. Cette méthode de rétention de l'inspiration permet de ne pas exercer de trop grandes tensions sur les tissus des poumons, ce qui est l'un des dangers principaux des exercices de respiration. Si vous n'avez jamais pratiqué auparavant ces exercices, vous ne devez pas vous forcer à retenir votre respiration le plus longtemps possible, ce qui risquerait de provoquer des malaises. Quelques secondes de rétention suffisent au début ; vous pourrez allonger le temps de rétention au fur et à mesure de votre pratique. Ce qui est important c'est de respirer correctement, c'est-à-dire de pratiquer une respiration abdominale puis costale.

(5) Expirez ensuite en chassant l'air de vos poumons au maximum d'abord en rentrant votre ventre de façon à expulser l'air contenu dans les lobes inférieurs de vos poumons (au niveau des côtes flottantes), puis en comprimant votre cage

thoracique tout en contractant votre diaphragme, Généralement la plupart des personnes n'expirent pas la totalité de l'air contenu dans les poumons : le gaz carbonique qui devrait être normalement expulsé s'accumule alors dans les lobes inférieurs des poumons.

(6) Une fois que vous avez expiré tout l'air contenu dans vos poumons, restez quelques secondes en rétention à vide : la quantité d'air que vous serez capable d'inspirer ensuite dépendra beaucoup de la qualité de votre expiration et de cette période de rétention à vide. Évitez donc de reprendre votre inspiration tout de suite après une expiration ; la respiration profonde se pratique lentement et toujours en 4 temps : l'inspiration, la rétention poumons pleins, l'expiration, et la rétention poumons vides.

Essayez d'abord de mettre en pratique ces quatre mouvements respiratoires en vous concentrant particulièrement sur les muscles abdominaux et en gardant la posture du Pharaon. Une fois que vous serez sûr que vos mouvements respiratoires sont corrects, adoptez ensuite le rythme suivant :

(a) Inspirez en comptant mentalement et lentement jusqu'à quatre de cette façon : « un, deux, trois, quatre. »

(b) Retenez votre respiration en comptant jusqu'à quatre de la même façon.

(c) Expirez en comptant mentalement et lentement jusqu'à quatre.

(d) Restez avec les poumons vides en comptant jusqu'à quatre.

Cette respiration rythmique est appelée dans notre Ordre respiration en 4 temps. Au début, pratiquez au moins dix respirations en 4 temps à la suite ; vous pouvez les compter sur vos doigts de la façon suivante : fermez les deux poings et posez-les sur vos cuisses, puis à chaque nouveau cycle de respiration, dépliez un doigt de la main. Commencez par la main droite, puis passez à la main gauche. À la fin des 10 respirations en 4 temps, vos mains seront ainsi complètement à plat sur vos cuisses.

Ne dépassez pas 40 respirations rythmées en 4 temps au début. Un quart d'heure d'exercice respiratoire est largement suffisant : n'abusez pas de cet exercice, mais faites-le régulièrement tous les jours à l'heure qui vous convient au moins pendant deux semaines. Vous constaterez que cet exercice respiratoire, précédé de la relaxation physique et mentale, vous apportera un grand calme et vous tonifiera : vos pensées seront plus claires et votre énergie sera meilleure. Vous posséderez plus de vitalité, plus de magnétisme, et votre moral s'en trouvera aussi amélioré.

Avant de passer aux exercices suivants, vous devez avoir parfaitement maîtrisé ces exercices de relaxation et de respiration. La respiration en 4 temps est considérée comme maîtrisée lorsque vous ne serez plus obligé de compter mentalement jusqu'à quatre lors de chaque phase et que ce rythme deviendra quasiment automatique et naturel pour vous.

Si vous avez déjà pratiqué des exercices respiratoires auparavant, vous arriverez facilement à ce résultat, mais si vous débutez, il vous faudra plus de temps. Ne passez

pas à l'étape suivante, sans avoir maîtrisé cette technique c'est à vous de moduler votre travail selon vos possibilités. Nous vous suggérons un plan et un rythme de travail, mais chacun doit l'adapter selon ses progrès réels : il est possible que la maîtrise de cet exercice vous demande plus de quinze jours.

N'oubliez pas que cet exercice de base est celui par lequel tous les Adeptes de la Golden Dawn commencent leur travail magique et qu'ils le combinent ensuite avec d'autres techniques de visualisation, de méditation et de vocalisation. Il est donc capital que la respiration rythmée devienne pour vous un processus quasiment automatique.

Note par le T.H. Frater VICTOR PER LUCEM, Sub-Praemonstrator :

En ce qui concerne la respiration, il existe un fait occulte qui est rarement dévoilé, et que nous vous offrons ici.

La respiration est l'échange de l'air riche en oxygène de l'extérieur et de l'air chargé de gaz carbonique et pauvre en oxygène provenant de l'intérieur du corps. Cet échange passe nécessairement par la trachée ; mais avant et après la trachée, il y a deux points d'entrée dans le corps, et deux points d'ancrage de l'air à l'intérieur du corps : l'air peut entrer par le nez ou par la bouche ; et on peut gonfler ou vider les poumons par le haut (on parle de respiration thoracique) ou par le bas (on parle alors de respiration ventrale, ou abdominale). Or, chacun de ces points est associé à un signe du Zodiaque et à une polarité, comme le montre le tableau suivant :

Partie du corps	*Signe du Zodiaque*	*Polarité*
Nez	Bélier	+
Bouche	Taureau	–
Poitrine (haut des poumons)	Gémeaux	+
Abdomen (bas des poumons)	Cancer	–

Une respiration normale, saine, et efficace doit toujours associer les deux polarités ; au repos, elle se fait par le nez (+) et le bas des poumons (–), tandis que lorsqu'on est essoufflé, on respire par la bouche (–) et le haut des poumons (+). Dans ce dernier cas, il s'agit de refaire rapidement les réserves d'oxygène du sang ; on respire donc par un circuit court, qui passe par la bouche, naturellement plus ouverte que le nez (et qui laisse ainsi entrer plus d'air) ; et par le haut des poumons, dont la polarité positive garantit un plus fort dégagement d'énergie.

(Pour vous convaincre de ceci, observez la respiration d'un bébé endormi ou d'un chat ; et d'autre part, d'un chien qui a trop chaud, ou d'un cheval après une course. Ou simplement votre propre respiration après un effort physique.)

Malheureusement, de nombreuses personnes dans notre société occidentale sont convaincues que la respiration doit se faire uniquement par le haut de la poitrine, et elles associent deux points positifs. Ceci crée une surcharge de tension énergétique, et peut être très dommageable à leur santé. A l'inverse, en dormant, certains respirent

par la bouche et l'abdomen (ceci est souvent associé aux ronflements), ce qui crée une situation d'épuisement également préjudiciable. Si vous êtes dans ce cas, vous devez chercher à corriger votre respiration afin de respirer au repos par le nez et le bas des poumons.

Rappelons que le muscle de la respiration est le diaphragme, situé sous les poumons : il s'abaisse lorsqu'on veut les remplir, et se tend lorsqu'on veut les vider. Au repos, on ne respire pas en soulevant la cage thoracique. Ceci est réservé à la respiration « d'urgence », lorsqu'on est essoufflé.

IV. LEÇON n° 2

Nous allons continuer, dans ce chapitre, à vous initier dans l'art de la respiration. Dans la monographie précédente, nous avons fait allusion au corps subtil de l'être humain ou corps d'énergie vitale, connu parfois sous le nom de « double éthérique » chez certains occultistes ou de « KA » chez les anciens Égyptiens. Ce corps subtil est celui qui anime le corps physique ; nous étudierons plus tard en détail les différents corps subtils qui composent l'être humain lorsque nous aborderons le sujet de l'aura. Ce qu'il vous suffit de savoir pour l'instant, c'est que le corps d'énergie vitale tire son origine et sa force des courants d'énergie solaire (que les Hindous appellent *Prāna*). Le flux solaire est encore appelé « æther » dans la terminologie ésotérique occidentale ; il est constitué de particules de lumière et de chaleur émanées par le soleil. Bien que ces grains d'énergie soient impondérables et très subtils, ils n'en sont pas moins des réalités proches de la matière ou plutôt sous-jacentes à la matière. Il est possible de les observer : c'est ce que vous allez essayer de faire. Le petit exercice qui va suivre constituera donc votre première tentative de clairvoyance.

La clairvoyance est une faculté psychique qu'il est beaucoup plus facile d'éveiller que la plupart des gens ne le croient. Elle est tout à fait naturelle chez les animaux comme les chiens et les chats. Beaucoup d'enfants possèdent des facultés innées de clairvoyance, lesquelles finissent par s'atrophier sous la censure culturelle des parents, censure qui est le reflet de la philosophie hyper matérialiste de notre société. Nous voyons souvent ce que nous voulons bien voir et nous gommons inconsciemment toutes les choses que nous percevons mais qui n'entrent pas dans le cadre de notre interprétation de la réalité.

En fait, des travaux anthropologiques relativement récents ont démontré que la vision de l'être humain n'était pas du tout objective, mais qu'elle dépendait des facteurs socioculturels. C'est ainsi qu'on s'est aperçu que chez certaines sociétés primitives, la vision des couleurs était restreinte à quelques couleurs fondamentales : par exemple, les aborigènes australiens ne distinguent pas certaines couleurs proches l'une de l'autre, comme le bleu et le vert, tout simplement parce que le concept même du « vert « n'existe pas chez eux. Même si nous revenons dans le cadre de notre civilisation occidentale, il est indéniable par exemple que la vision des couleurs chez un artiste-peintre est beaucoup plus affinée que chez l'homme moyen : combien de nuances de bleu seriez-vous capable de citer ou de distinguer ?

De même, il existe de nombreuses preuves démontrant la subjectivité de la vision humaine, par exemple des photographies authentifiées qui montrent, après développement, certaines apparitions étranges que les photographes n'avaient pas vues : bien qu'ils n'aient rien remarqué au moment où ils ont pris ces photos, l'appareil, qui est impartial et objectif, a bien enregistré l'image. En effet, un appareil photo n'a pas « d'interprétation du monde », pas de censure psychique : il se contente d'enregistrer ce qui est, un point c'est tout. C'est pourquoi l'éveil des facultés de clairvoyance n'est pas si difficile que cela : il suffit simplement de changer son référentiel et de focaliser son attention sur le domaine du possible; en bref, faire

preuve d'objectivité réelle. En fait, les exercices de clairvoyance sont surtout des exercices « d'éveil au monde ». Pour vous en convaincre faites donc l'exercice d'attention suivant:

1) Exercice de Clairvoyance

Allez dans un endroit dégagé où vous pouvez voir le ciel pendant la journée ; fixez des yeux un coin du ciel en évitant de regarder le soleil. Votre regard doit être immobile et vague. Votre vision doit être floue. Évitez de vous focaliser sur un détail en particulier, comme un nuage par exemple. Regardez simplement le ciel de façon globale, comme s'il s'agissait d'un écran. Au bout de quelques instants d'attention, vous verrez une multitude de petits points lumineux en train de danser dans le ciel.

Ces points sont toujours en mouvement : il s'agit de milliers de particules solaires qui bombardent notre planète de façon continue. Si le temps est beau et que le ciel est d'un bleu limpide, vous constaterez que ces particules sont très nombreuses et très agitées. Quand le temps est couvert, vous constaterez aussi que ces particules sont beaucoup moins nombreuses et se déplacent plus lentement. Avec un peu de pratique, vous vous rendrez compte également que les particules d'Æther sont plus abondantes à la campagne qu'en ville. Si vous observez le ciel de nuit, vous ne verrez que beaucoup plus difficilement ces particules : elles sont en général de nature beaucoup plus subtiles, presque invisibles.

L'un des buts des exercices de respiration que nous pratiquons dans notre Ordre est de capter ces éthers vitaux subtils contenus dans l'air afin de recharger et de renforcer le corps vital de l'être humain. Pour ce faire il est nécessaire de combiner deux techniques à la fois : la visualisation et la respiration.

2) La Visualisation

L'art de la visualisation est d'une importance vitale dans tous les travaux magiques ; en effet, visualiser c'est créer des formes-pensées. Si celles-ci sont assez puissantes et suffisamment vitalisées, notamment par la respiration, elles peuvent devenir à la longue des réalités objectives et concrètes, « se matérialiser » en quelque sorte. La clef de la visualisation c'est la faculté d'IMAGINATION. Voici ce qu'écrivait *Frater Resurgam* (Dr Berridge) dans un document de l'Ordre Intérieur daté du 30 Novembre 1893 et nommé *Flying Roll N° V à* propos de l'imagination :

> *« Le non-initié interprète le mot « imagination » dans le sens populaire du terme, c'est-à-dire comme quelque chose d'imaginaire ou d'irréel. Mais l'imagination est une réalité. Lorsqu'un homme imagine quelque chose, il crée dans son présent une forme sur le plan Astral ou même sur un plan plus élevé ; et cette forme est aussi réelle et objective pour les intelligences qui sont sur ce plan que notre environnement terrestre l'est pour nous. Cette forme que l'imagination crée peut avoir seulement une existence transitoire, être productive ou n'avoir que peu de résultats importants ; ou elle peut être vitalisée et utilisée pour le bien ou pour le mal. Pour pratiquer la Magie,*

l'Imagination et la Volonté doivent toutes deux être mises en action : elles sont égales dans l'œuvre magique. Toutefois, l'Imagination doit précéder la Volonté en vue de produire le plus grand effet possible. La Volonté seule peut envoyer un courant, et ce courant peut ne pas être totalement inopérant ; toutefois son effet sera vague et indéfini, parce que la Volonté seule ne peut rien si ce n'est envoyer un courant de force. L'Imagination seule peut créer une image et cette image peut avoir une existence d'une durée variable ; cependant elle ne peut rien faire d'important à moins qu'elle ne soit vitalisée et dirigée par la Volonté. Cependant lorsque ces deux facultés sont utilisées conjointement - lorsque l'Imagination créé une image - et que la Volonté dirige et utilise cette image, de merveilleux effets magiques peuvent être obtenus. »

Frater Non Omnis Moriar (le Dr Westcott, l'un des fondateurs de l'Ordre) ajouta les commentaires suivants au texte de Frater Resurgam :

« L'imagination doit être distinguée de la fantaisie - c'est-à-dire de vaines pensées errantes ou de visions stériles : par Imagination nous signifions qu'il s'agit là d'un processus mental ordonné et intentionnel devant produire des résultats. Dans le jargon ésotérique de la Théosophie, le pouvoir de l'imagination de créer des formes-pensées est appelé KRIYA SHAKTI ; c'est un pouvoir mystérieux de la pensée qui est capable de produire des phénomènes externes, des résultats perceptibles grâce à sa propre énergie inhérente lorsqu'elle est fertilisée par la volonté. Un antique axiome Hermétique affirme que toute idée peut être rendue manifeste extérieurement lorsque l'on cultive l'art de la concentration. De même un résultat extérieur peut être produit par un courant de force volontaire. La Kabbale nous enseigne que l'homme, grâce à son pouvoir de volonté et de pensée, est de nature plus divine que les Anges ; car il peut créer, alors qu'ils ne le peuvent pas. Même s'il est enchaîné à la matière, l'Homme est plus proche du Démiurge, la Divinité Créatrice que les armées angéliques, car chaque ange est un seulement un pur esprit non mêlé à la matière. Dans la conception orthodoxe, les anges sont des entités qui exécutent des ordres et non pas qui créent et agissent de novo. »

Vous allez utiliser maintenant le pouvoir de l'imagination en le combinant avec la respiration afin de commencer à développer votre corps énergétique. La qualité magique de ce corps d'énergie ne s'acquerra que peu à peu, grâce à l'intégration des forces vibratoires qui seront dévoilées et stabilisées en lui par l'actualisation des différents plans dont notre réalité humaine est composée : forces des éléments, des planètes et du zodiaque, qui font l'objet du travail des différents niveaux de l'Ordre.

3) Exercice de vitalisation du corps

(1) Ouvrez votre fenêtre afin de bien aérer la pièce où vous travaillez. Puis asseyez-vous en prenant la posture du Pharaon et commencez à pratiquer la respiration

rythmique en 4 temps comme nous vous l'avons enseigné dans la leçon précédente.

(2) Après quelques minutes de respiration profonde, fermez les yeux et imaginez que tout en inspirant vous attirez à vous ces corpuscules lumineux que vous avez vu danser dans l'atmosphère lors de l'exercice de clairvoyance indiqué ci-dessus. Visualisez des milliers d'étincelles en train de se rassembler autour de vous, comme si vous étiez un véritable aimant pour elles. À chaque inspiration attirez davantage de corpuscules de lumière autour de vous : imaginez-vous entouré d'un véritable halo de lumière.

(3) Quand vous aurez suffisamment condensé cette énergie astrale autour de vous, vous allez commencer à l'aspirer à l'intérieur de votre corps et à la faire circuler selon le processus suivant :

(a) À chaque inspiration par le nez, imaginez que vous aspirez aussi ces étincelles lumineuses à l'intérieur de votre tête.

(b) Lors de chaque rétention d'air, poumons à plein, visualisez que vous stockez cette lumière dorée à l'intérieur de votre crâne comme s'il était illuminé par un soleil.

(c) À chaque expiration, imaginez que vous envoyez cette lumière vers vos pieds et qu'elle passe à l'intérieur de votre corps comme un souffle, en le purifiant de toute impureté. Votre expiration doit être lente et profonde et vous devez la coordonner avec votre visualisation de façon à ce que la lumière dorée passe bien d'abord dans vos épaules, puis votre tronc et vos bras, puis dans vos jambes, pour arriver à la fin de l'expiration à vos pieds. Imaginez que cette lumière chasse vos impuretés, aussi bien éthériques que psychiques, vers la terre.

(d) Lors de chaque rétention (poumons vides), visualisez toutes ces impuretés sous la forme d'un brouillard gris ou d'un flot noirâtre en train d'être absorbées par la terre comme par une éponge. Concentrez-vous à nouveau sur le sommet de votre tête et recommencez le cycle.

Pratiquez au moins 10 circulations de lumière de la sorte, 40 au plus. Un quart d'heure d'exercice est suffisant et vous régénérera complètement, aussi bien du point de vue physique que psychique.

Vous pourrez considérer avoir réussi à maîtriser cet exercice lorsque votre visualisation sera parfaitement coordonnée à votre respiration et que vous aurez perçu la sensation de votre corps physique et de votre corps vital subtil en même temps.

Pratiquez cet exercice pendant les 15 jours à venir soit en rentrant de votre travail, soit avant de vous coucher, sans oublier de noter vos impressions et vos résultats sur votre journal magique.

V. LEÇON n° 3

Vous allez à présent commencer à pratiquer votre premier exercice de méditation : il s'agit en fait d'un exercice spirituel qui vous permettra d'entrer en communication avec notre égrégore. Mais qu'est-ce qu'un égrégore ? Frater Cheiron (W.E.Butler) le définissait comme une conscience de groupe. Voici ce qu'il écrivait à propos de l'égrégore :

"Lorsqu'au moins 3 personnes se réunissent ensemble dans un même lieu et accomplissent régulièrement certaines actions, pensent selon certaines lignes, partagent un idéal commun et vivent ensemble certaines émotions, ils construisent une conscience de groupe où les forces mentales et émotionnelles de tous les membres de ce groupe sont unies temporairement dans ce que les occultistes appellent « une forme-pensée de groupe » ou un « élémental artificiel ».

Remarquez bien qu'un groupe est toujours formé au minimum d'au moins trois personnes : deux personnes ne peuvent former un groupe, de même que deux points ne peuvent former une figure géométrique stable. C'est pourquoi le triangle qui est la figure géométrique la plus simple, est l'un des symboles de notre Ordre et c'est pourquoi celui-ci a toujours été traditionnellement dirigé par trois adeptes, chaque Temple de l'Aube Dorée étant gouverné par une triade. Frater Cheiron précisait encore :

> *"Cette conscience de groupe est beaucoup plus puissante que la somme de trois esprits rationnels constituant un groupe humain. En effet une forme-pensée de groupe n'est pas seulement construite par l'esprit conscient de ceux qui y participent, mais aussi par leur subconscient. Comme l'esprit subconscient est en relation directe d'une part avec « l'Inconscient collectif » et d'autre part avec le royaume de la supraconscience, une forme-pensée de ce groupe est donc reliée à de nombreuses facettes de la pensée et à des énergies psychiques et mentales très diverses. C'est la raison pour laquelle une forme-pensée de groupe est plus puissante que la somme de ceux qui la composent. Quand un groupe cesse de se réunir, l'élémental artificiel qui compose la forme-pensée collective tend à s'affaiblir, mais lorsqu'un autre groupe se fonde en suivant les mêmes lignes d'action, que ce soit le groupe originel ou non, la forme-pensée du groupe initial « adombre » ce nouveau groupe en établissant un contact avec lui et en travaillant avec ses membres.*
>
> *Or, l'utilisation de rituels et de cérémonies tend à créer une forme stéréotypée qui, s'il s'agit des mêmes rituels et cérémonies que ceux que les fondateurs initiaux ont utilisés, se manifestera de la même façon. Lorsque ces rituels et ces cérémonies ont été utilisées pendant des années, voire pendant des siècles, l'élémental artificiel en résultant devient un centre de conscience très puissant qui focalise tous les idéaux et les pouvoirs de ceux qui ont utilisé ces formes-pensées. La construction de cet Égrégore ne se fait pas seulement par ceux qui sont incarnés sur le plan physique, mais aussi*

par certains désincarnés qui forment le groupe travaillant sur les plans intérieurs. En d'autres termes, lorsque nous formons un groupe ésotérique sur le plan physique, nous attirons simultanément un groupe similaire sur le plan psychique avec lequel nous sommes en contact. »

Frater Cheiron résumait ainsi la définition d'un égrégore :

« Un égrégore est donc constitué par des symboles et des rites communs qui unissent par-delà le temps et l'espace tous ceux qui partagent ou ont partagé intensément les mêmes valeurs spirituelles. Chaque groupe humain, chaque race, chaque nation et chaque religion possède son propre égrégore. De même, existe-t-il un égrégore magique pour ce que l'on pourrait nommer la tradition planétaire de la Terre. Mais il existe des différences au sein de cette gigantesque forme-pensée collective (qui est rappelons-le une entité vivante sur les plans intérieurs). La différence la plus importante consiste en l'existence de deux traditions principales sur la Terre : la tradition orientale et la tradition occidentale. Bien que sur le plan philosophique ces deux traditions poursuivent le même but, à savoir la réalisation spirituelle, il existe cependant des différences importantes entre elles sur le plan pratique, notamment sur le plan de l'entraînement occulte et psychique. Celui-ci est adapté au mode de vie et de pensée de l'occidental ou de l'oriental dont les cultures sont radicalement différentes. C'est pourquoi il est dangereux pour un occidental de pratiquer des techniques magiques orientales (sauf cas exceptionnels de quelques rares orientaux qui se sont réincarnés volontairement dans des corps d'occidentaux pour des raisons karmiques particulières). Tout rituel magique doit donc être accompli dans le cadre de l'égrégore de sa propre tradition s'il veut être efficace."

L'Ordre Hermétique de l'Aube Dorée est une fraternité dont les **traditions**[4] remontent à l'antiquité gréco-romaine, égyptienne et babylonienne. Ces traditions ont été intégrées et préservées au sein de la mouvance judéo-chrétienne de manière cryptée. Notre Ordre perpétue en fait les mystères de l'initiation solaire, qui sont parmi les plus anciens connus, à savoir les mystères de Râ, dieu du soleil en Égypte, mystères qui ont même probablement précédé ceux d'Osiris.

Nous tenons à préciser que lorsque nous évoquons le culte du soleil, il ne s'agit pas de l'adoration du globe solaire en tant que qu'astre physique (appelé Aton par les anciens égyptiens), mais bien de l'adoration du principe divin caché et manifesté sous forme de lumière par le soleil, principe appelé Amon-Râ (Amon signifiant « le caché »). C'est pourquoi le pharaon Aménophis IV (plus connu sous le nom d'Akhenaton), qui tenta d'imposer le culte d'Aton, fut considéré par un hérétique par le clergé d'Amon, car ce faisant il privilégiait le principe matérialiste aux dépens du principe

---

[4] *Il est évident que si l'Ordre Hermétique de la Golden Dawn et les Ordres qui en sont issus perpétuent des traditions de l'ésotérisme occidental (au sens large, car englobant également l'ésotérisme chaldéo-égyptien), il n'a jamais été question de faire remonter sa fondation à ces temps lointains. Mais on est parfois étonné de la persistance des mythes et des traditions au cours des siècles et parfois des millénaires par une transmission souvent simplement orale.*

spiritualiste. Notre Ordre se rattache donc à une lignée de prêtres-magiciens de l'Égypte antique et au principe solaire, qui dans la Kabbale chrétienne a été identifié (après la révélation Osirienne) au Logos christique. Selon nos traditions, de nombreux adeptes influents de la Golden Dawn auraient été d'anciennes incarnations de prêtres et de magiciens égyptiens que se seraient volontairement réincarnés à l'époque de « l'âge sombre » afin de perpétuer les écoles de mystères de l'antiquité.

L'exercice qui va suivre vous permettra donc de vous relier consciemment avec l'égrégore de l'Aube Dorée, c'est-à-dire avec la tradition hermétique d'origine égyptienne qui a été perpétuée sous diverses formes tout au long des siècles en occident et qui a resurgi tout particulièrement au début du XVIème siècle en Italie lors de la renaissance avec, entre autres, la traduction des textes du *Corpus Hermeticum*. Vous allez ainsi créer un véritable lien psychique avec l'Ordre, lien qui vous sera d'une aide précieuse, tant du point de vue personnel que du point de vue de vos travaux occultes.

Cependant avant d'aborder cet exercice, il est bon que vous connaissiez le symbolisme qui l'anime.

1) Le symbolisme de l'aurore

Le symbole du soleil levant, image de l'aube naissante, a toujours été un signe de reconnaissance entre les initiés se rattachant à la fraternité d'Héliopolis, ville sacrée d'Égypte où étaient célébré les mystères de Râ, dieu du soleil. C'est ainsi qu'un écrit rosicrucien du XVIIème siècle intitulé *Les noces chymiques de Christian Rosenkreutz,* stipule que le fondateur de la célèbre fraternité de la Rose+Croix reçut pour insigne d'admission à son initiation une médaille en or frappée d'un soleil levant et portant à son revers les mystérieuses initiales « D.L.S. » Ces initiales signifiaient *Deus Lux Solis*, « Dieu, lumière du soleil ».

Les mêmes initiés qui publièrent vers 1600 les manifestes rosicruciens en Allemagne, construisirent dans les jardins du château d'Heidelberg dans le Palatinat (résidence du prince Frédéric, leur protecteur) une curieuse réplique du colosse de Memnon. La légende prétendait que cette fameuse statue égyptienne, qui représentait le pharaon Aménophis III assis, émettait des sons harmonieux et mélodiques lorsque le soleil se levait. Les anciens auteurs grecs et latins prétendaient que le pharaon saluait ainsi son père céleste et ils assimilèrent Aménophis à Memnon, fils d'Éos (déesse de l'Aurore) dans la mythologie grecque. Les frères de la Rose+Croix avaient reconstitué à Heidelberg le colosse de Memnon sous les traits d'Hercule ou Héraclès (nom signifiant en grec : « Celui qui a la gloire d'Héra », déesse de la belle saison de l'année). Par un ingénieux système d'orgue hydraulique, ils avaient réussi à reproduire artificiellement le chant de Memnon saluant sa mère Éos, « l'Aurore aux doigts de rose ». Il est intéressant de remarquer que la rose était l'un des attributs d'Éos, déesse de l'Aurore, de même d'ailleurs que la rosée du matin, qui ne peut se recueillir qu'à l'aube.

II. EXERCICES SUR LES SÉPHIROTH

A. La méditation sur le point infini et l'éveil du centre coronal de Kéther

Nous allons maintenant vous exposer l'exercice pratique qui découle du texte de Frater D.D.C.F. que vous avez étudié dans le précédent chapitre. Cet exercice, connu sous le nom de « Méditation sur le point infini », a un triple but :

1. De vous relier au principe divin dont vous émanez.
2. D'éveiller le centre coronal dans votre aura.
3. De vous préparer aux rituels du Pilier du Milieu et de la Croix kabbalistique.

1. L'éveil du centre coronal de KETHER

Il existe divers centres de forces dans le corps d'énergie que l'on nomme aussi la sphère aurique. Vous étudierez plus en détail l'emplacement de ces centres de forces, leurs fonctions et leurs correspondances kabbalistiques dans les leçons suivantes.

Pour l'instant, vous devez simplement savoir qu'il existe un centre de force occulte (c'est-à-dire caché ou invisible) situé juste au sommet du crâne. Ce centre, appelé centre coronal (mot dérivant de 'couronne'), est un point magnétique attirant à lui toutes les influences célestes et astrales. Ces forces sont captées par ce centre coronal et dirigées ensuite dans le corps humain. C'est donc le point principal par lequel les énergies cosmiques entrent dans le corps subtil de l'être humain : il est par conséquent une des sources d'énergie principale vitale, tant du point de vue physique que psychique ou spirituel.

Ce centre coronal, comme l'indique parfaitement son nom, est mis en correspondance avec la Sephirah KETHER, la Couronne, que Frater D.D.C.F. a défini dans son texte. Chaque centre de force présent dans le corps humain correspond en effet à l'une des dix Sephiroth; c'est pourquoi dans la terminologie kabbalistique qu'utilise l'Ordre, on appelle aussi ces centres de forces des 'Sphères séphirotiques'.

Le centre coronal de Kéther est habituellement peu développé chez la plupart des êtres humains; il s'est atrophié suite à la perte du contact conscient avec l'essence divine présente en chacun de nous, bien que d'une manière latente. La méditation sur le Point Infini vous permettra donc de vous relier à cette formidable source d'énergie spirituelle, point de départ de tout votre développement psychique ultérieur. D'une certain façon, comme vous aurez l'occasion de vous en rendre compte, cette méditation est en fait un véritable exercice de Rappel de Soi. Il sera aussi pour vous une véritable régénération intérieure. Vous commencerez ainsi à construire votre corps d'énergie magique: celui-ci doit être en effet forgé par la volonté et s'acquiert par un travail assidu. En fait, vous le possédez de façon potentielle, en germe en quelque sorte. Pour reprendre la terminologie de Frater D.D.C.F., il existe seulement de façon négative, telle une graine douée de toutes les potentialités futures, que vous devez amener à l'existence positive, à la manifestation. Cette graine, ce germe, une

fois développé constituera ce que nous appelons dans notre Ordre votre 'Personnalité Magique' que nous vous apprendrons à construire étape après étape.

Chez la plupart des personnes non développées du point de vue magique ou spirituel, le centre coronal de Kéther se présente par clairvoyance sous la forme d'un petit cône lumineux au sommet du crâne qui est relié par une sorte d'entonnoir à la sphère mentale supérieure dont le contour est généralement vague et flou. Vous allez rendre actif ce centre qui, stimulé par vos exercices et vos méditations, prendra petit à petit la forme d'une sphère lumineuse et brillante.

Avant de commencer la Méditation sur le Point Infini, il est nécessaire que vous appreniez à bien localiser le centre séphirotique de Kéther dans votre corps

- Pour cela prenez bien soin d'adopter une posture correcte : rentrez le menton de façon à ce que votre nuque soit bien dans le prolongement de votre colonne vertébrale.
- Concentrez-vous ensuite sur le sommet de votre crâne à l'endroit où se trouve l'épi chevelu qui correspond à peu près à la suture du pariétal, c'est à dire à l'endroit où les trois plaques osseuses du crâne se rejoignent. Si vous pressez avec votre majeur ce point, vous constaterez qu'il est plus mou que le reste de votre crâne et qu'il émet une certaine chaleur. Ce point, encore appelé fontanelle, est, d'après la tradition ésotérique, la porte de sortie de l'âme après la mort.
- Étendez ensuite la main, paume ouverte et doigts bien écartés, au-dessus de votre fontanelle et commencez à faire de lents mouvements circulaires de faible amplitude dans le sens des aiguilles d'une montre; votre paume doit toujours rester bien au-dessus de l'épi chevelu. Vous ressentirez alors une sorte de picotement électrique dans la main, dû au dégagement magnétique du centre coronal.
- Une fois que vous aurez ressenti cette impression de magnétisme, élevez doucement la main de quelques centimètres, puis descendez-la et continuez ce lent mouvement de va-et-vient vertical. Déterminez ainsi jusqu'à quelle hauteur vous pouvez ressentir le dégagement de chaleur et de magnétisme de votre centre coronal: cette distance varie selon les personnes et même selon les moments, car elle dépend beaucoup de l'état de santé et de fatigue.

Nous allons passer maintenant à la pratique de l'exercice de développement du centre de Kéther. Voici la description de cet exercice:

2. La méditation sur le Point Infini

1. Installez-vous dans votre salon ou dans une pièce calme et tranquille. Décrochez le téléphone pour ne pas être dérangé et éteignez votre portable ; puis allumez devant vous une simple bougie.

2. Asseyez-vous confortablement dans un fauteuil. Vos mains doivent reposer bien à plat sur vos cuisses et votre dos doit être bien droit. Vos jambes ne doivent pas être croisées.
3. Relaxez-vous en détendant tous vos muscles et en fermant les yeux. Respirez profondément par le nez pendant 5 minutes.
4. Ouvrez de nouveau les yeux et fixez du regard la flamme de la bougie pendant une ou deux minutes. Puis fermez les yeux et visualisez un filament lumineux à l'intérieur de votre colonne vertébrale : Imaginez que vous êtes aligné selon un axe passant par le sommet de votre tête et traversant votre colonne vertébrale ; visualisez cet axe comme un fin filament lumineux.
5. Concentrez-vous ensuite sur un point lumineux situé au-dessus de votre tête (point que vous avez déterminé avec précision auparavant). Imaginez qu'il est semblable à une petite étincelle lumineuse ou à la flamme de votre bougie. Identifiez ensuite ce point à la présence divine, à l'Esprit Saint qui plane au-dessus de vous.
6. Méditez ensuite sur l'*Aïn* (l'existence négative) et associez l'étincelle lumineuse que vous avez créée en pensée au-dessus de votre tête avec le symbole de la graine, qui contient en elle toutes les potentialités futures et qui attend d'être plantée dans un milieu favorable pour s'épanouir pleinement. Méditez sur le fait qu'avant votre naissance sur le plan physique, vous n'existiez vous aussi que potentiellement, et qu'ensuite vous vous êtes développé telle une plante, que vous croîtrez puis que vous mourrez. Prenez conscience qu'en vous se trouve une conscience spirituelle supérieure, germe de l'immortalité.
7. Visualisez alors autour du point lumineux se trouvant au-dessus de votre tête, une sphère transparente semblable à une bulle de savon irisée de toutes les couleurs. Inspirez profondément, puis, sur l'expiration, imaginez que cette bulle transparente se dilate pour atteindre à peu près la taille d'un ballon de basket. Représentez-vous ensuite cette sphère cristalline avec en son centre une étoile brillant faiblement: c'est le symbole de Kéther, issu de l'*Aïn Soph*. Méditez ensuite sur la notion d'*Aïn Soph*, l'illimité, qui en se concentrant sur lui-même fut à l'origine de l'univers.
8. Prenez une profonde inspiration et sur l'expiration, visualisez le point lumineux se trouvant au-dessus de votre tête en train d'exploser en un jaillissement de lumière. Méditez alors sur l'*Aïn Soph Aour* (l'océan de lumière illimité) dont l'expansion, par l'intermédiaire de la Sephirah Kéther, fut à l'origine de l'Univers.
9. À chaque inspiration, attirez vers vous l'énergie illimitée provenant de l'*Aïn Soph Aour*. À chaque expiration, faites grandir cette sphère en visualisant une lumière blanche aveuglante.

Pour cela procédez selon les étapes suivantes:

1. Sur la première expiration, imaginez que l'étincelle lumineuse (de la grosseur d'une tête d'épingle) devient de la taille d'une perle d'un blanc nacré lumineux.
2. Sur la seconde expiration, visualisez cette perle en train de gonfler jusqu'à ce qu'elle atteigne la taille d'une bille.
3. Sur la troisième expiration, imaginez que cette bille atteint par expansion la taille d'une balle de ping-pong, blanche et opalescente.
4. Sur la quatrième expiration, visualisez que cette balle de ping-pong se dilate jusqu'à atteindre le volume d'une balle de tennis, blanche et lumineuse.
5. Sur la cinquième expiration, faites gonfler cette balle de tennis jusqu'à ce qu'elle atteigne la taille d'un ballon de hand-ball, d'un blanc éclatant.
6. Sur la sixième expiration, dilatez la sphère précédente jusqu'à ce qu'elle prenne le volume d'un ballon de football, d'une couleur blanche aveuglante.
7. Enfin sur la septième expiration, gonflez cette sphère jusqu'à ce qu'elle atteigne la taille d'un ballon de basket. Cette sphère lumineuse rejoint ainsi la limite de la sphère cristalline que vous avez visualisée au début. Celle-ci est maintenant semblable à un soleil miniature rayonnant de toutes parts.
8. Ensuite, commencez à entonner le nom divin de la Sephirah Kéther : EHEYEH. Ce nom se prononce : éééééé-héééé-iiiii-yéééé. Après avoir pris une profonde inspiration, prononcez ce nom d'une voix grave en le faisant vibrer au maximum. Vibrez ce Nom Divin dix fois en imaginant qu'à chaque prononciation la sphère lumineuse au-dessus de votre tête tourne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (sens giratoire cosmique des planètes). Tout d'abord, ce mouvement giratoire doit être lent. À chaque prononciation du nom divin, imaginez que la rotation s'accélère.
9. À la fin de la série des dix vibrations du nom divin, imaginez que cette sphère lumineuse tourne si vite qu'elle crée dans l'astral un véritable tourbillon de force, un vortex de lumière, comme un cyclone qui attire à lui des milliers de particules d'énergie. Visualisez cette attraction de lumière sous la forme de milliers d'étincelles ou d'étoiles; lors de chaque inspiration, aspirez ces étincelles à l'intérieur de la sphère coronale de Kéther. Imaginez que ce vortex crée autour de lui une spirale, comme les bras d'une galaxie. À chaque expiration, efforcez-vous de voir la sphère de Kéther devenir de plus en plus lumineuse, d'une lumière d'un blanc bleuté aveuglant et insoutenable.
10. Puis sur une profonde inspiration, imaginez qu'un rayon de lumière jaillit de la sphère de Kéther et pénètre à l'intérieur de votre crâne par

l'ouverture de la fontanelle. Ce faisceau lumineux, tel un rayon laser, atteint le centre de votre cerveau, à l'endroit où se trouve la glande pinéale.

11. Sur l'expiration, imaginez que cette lumière se déverse dans votre cerveau, comme si votre crâne était éclairé par une lampe. Faites une dizaine de respirations selon ce processus en pensant que la lumière de Kéther au-dessus de votre tête se déverse à l'intérieur de votre crâne.
12. À la fin de cet exercice prononcez trois fois à voix basse: "Je suis la pure Lumière". Éteignez ensuite la bougie.

Cette méditation paraît plus compliquée qu'elle ne l'est en réalité : relisez attentivement le texte afin de mémoriser les diverses étapes, puis notez brièvement sur une fiche les étapes principales comme aide-mémoire. Pratiquez ensuite chaque étape l'une après l'autre, en vérifiant bien sur votre fiche que vous n'en avez pas oublié une. Avec un peu d'habitude vous trouverez ce processus logique et naturel.

Il est nécessaire que vous pratiquiez la méditation sur le Point Infini pendant les 15 jours à venir, afin de bien la maîtriser et d'être capable d'éveiller réellement un tant soit peu le centre coronal de Kéther. Il faut en effet un certain temps pour éveiller les centres psychiques.

N'oubliez pas que cette méditation est le point de départ de très nombreux exercices et rituels au sein de notre Ordre. La Sephirah Kéther est en effet la source primordiale de l'énergie. Avant de mettre en action tout rituel, il est nécessaire que vous puissiez vous relier au divin, aussi bien du point de vue spirituel que du point de vue énergétique. *Frater Cheiron* (W. E. Butler) comparait Kéther à une centrale d'énergie électrique fournissant le courant nécessaire pour faire fonctionner tous nos appareils électriques. De même, disait-il, "*il est absolument primordial que l'étudiant en sciences occultes se branche d'abord sur cette centrale d'énergie spirituelle s'il veut développer ses pouvoirs et élever son niveau de conscience*".

B. L'ÉVEIL DES CENTRES DE CHOKMAH ET DE BINAH PAR LA MÉDITATION SUR L'ŒIL D'HORUS.

Dans ce chapitre, nous allons continuer à vous enseigner comment développer vos centres séphirotiques; à cette fin, il est indispensable que vous connaissiez le symbolisme de deux Sephiroth qui succèdent à Kéther, à savoir CHOKMAH ET BINAH.

Dans l'introduction à sa ***Kabbale dévoilée*** Frater D.D.C.F. (Mathers) explique que la totalité des dix Sephiroth représente l'Homme Céleste ou l'Être Primordial que les Kabbalistes appellent *Adam Kadmon.* C'est la raison pour laquelle ils ont établi une relation entre les Sephiroth et le corps de l'être humain, reflet terrestre de l'Homme Cosmique. Si la Sephirah Kéther n'est pas totalement incarnée dans l'homme, c'est parce que celui-ci n'a pas encore totalement intégré le divin en lui; par contre les deux Sephiroth suivantes, Chokmah et Binah (la Sagesse et la Compréhension), sont, elles, en correspondance dans le corps humain avec les deux côtés du crâne, et ont des analogies avec les deux lobes du cerveau. À noter que si l'on considère l'arbre séphirotique dessiné devant soi (voir page 30), Chokmah se trouve à droite, et Binah à gauche. Mais si l'on applique l'arbre séphirotique en soi, par retournement, Binah se place en nous à droite et Chokmah à gauche. En effet, les attributions des parties du corps humain par rapport aux Sephiroth sont établies non pas lorsque l'opérateur fait face au diagramme de l'Arbre de Vie, mais lorsqu'il fait corps avec lui, c'est-à-dire, l'Arbre se trouvant alors dans son dos.

Le tableau suivant vous indiquera les relations entre les Sephiroth et les parties du corps :

SEPHIRAH	SIGNIFICATION	PLANÈTES	CORPS HUMAIN
Kéther	La Couronne	La Galaxie	Sommet du crâne
Chokmah	La Sagesse	Le Zodiaque	Cerveau gauche
Binah	La Compréhension	Saturne	Cerveau droit
Chésed	La Miséricorde	Jupiter	Épaule gauche
Géburah	La Force	Mars	Épaule droite
Tiphareth	La Beauté	Soleil	Poitrine
Netzach	La Victoire	Vénus	Hanche gauche
Hod	La Splendeur	Mercure	Hanche droite
Yésod	La Fondation	Lune	Organes génitaux
Malkouth	Le Royaume	Terre	Pieds

Dans le monde macrocosmique, KETHER correspond sur le plan d'Assiah à notre galaxie, la Voie Lactée, dont notre système solaire fait partie.

CHOKMAH (prononcez "Rhokma"), la Sagesse, correspond à MAZLOTH, c'est-à-dire aux douze constellations du zodiaque (la sphère des étoiles fixes des anciens). Pour certains astrologues modernes, Chokmah correspondrait aussi à la planète Uranus (l'Ouranos des anciens grecs, dieu du ciel étoilé). La planète Uranus régit tous les changements brusques et soudains, l'innovation, les révolutions. Ces attributions correspondent bien au phénomène connu sous le nom de précession des équinoxes, phénomène provoqué par la nutation des pôles qui est à l'origine du changement des ères zodiacales, c'est-à-dire à la lente rotation cyclique apparente des constellations.

Pour les kabbalistes, Chokmah est associée à ABBA, le Père Céleste, qui symbolise la puissance masculine active reflétée de Kéther.

Les nom divins attribués à Chokmah sont IAH et YHWH (Jehovah).

La hiérarchie angélique qui lui est rattachée est celle des AUPHANIM (les Roues tournoyantes) qui animent la roue du zodiaque.

Dans le monde microcosmique de l'être humain, Chokmah correspond au côté gauche et plus particulièrement à la partie gauche de la tête (le cerveau gauche régit les fonctions verbales, d'analyse et de logique, ce qui rappelle les caractéristiques de Chokmah, le Père Céleste).

La troisième Sephirah, BINAH, la Compréhension, est une puissance féminine passive, reliée à Chokmah. Frater D.D.C.F. définissait cette Sephirah de la façon suivante :

> *« Chokmah, symbolisant le nombre deux, est à l'image de deux lignes droites qui ne peuvent pas délimiter un espace et restent sans pouvoir jusqu'à ce que le nombre trois se manifeste et puisse former un triangle. C'est pourquoi Binah complète et manifeste la Trinité Céleste. Elle est aussi appelée AMA, la Mère, et AIMA, la grande mère féconde, éternellement unie à AB, le Père, afin que l'ordre de l'univers puisse se maintenir. C'est pourquoi elle est la forme la plus évidente par laquelle nous pouvons connaître le Père, ce qui la rend digne de tous les honneurs. Elle est la Mère Céleste, reliée à Chokmah, la grande forme féminine de Dieu, ou des Élohim, à l'image desquels l'homme et la femme furent créés ».*

Frater D.D.C.F. apportait la précision suivante au sujet du mot ELOHIM:

> *"Certaines Sephiroth sont d'essence masculine et d'autres sont d'essence féminine. Les traducteurs de la Bible ont soigneusement gommé toutes références au fait que la déité est à la fois d'essence masculine et féminine. C'est ainsi qu'ils ont traduit le mot ELOHIM, qui est un féminin pluriel, par un masculin singulier. Ils ont toutefois laissé transparaître par inadvertance*

le fait qu'ils connaissaient pourtant cette distinction, puisque dans la Genèse (IV-26) nous trouvons : « Et Élohim dit : faisons l'homme ». De même, comment Adam aurait-il pu être fait à l'image des Élohim, c'est-à-dire à la fois mâle et femelle, si les Élohim eux-mêmes n'étaient aussi androgynes? Le mot Élohim est un pluriel formé à partir de la racine féminine ELH en ajoutant la terminaison IM à la fin de ce mot. Mais comme cette terminaison IM est habituellement celle qui détermine le masculin pluriel et qu'elle a été ajoutée dans le cas présent à une racine féminine, cela donne au mot Élohim le sens d'une puissance féminine unie à une idée masculine et donc capable d'engendrement. Dans notre religion chrétienne, nous parlons beaucoup du Père et du Fils, mais peu de la Mère, alors que dans la Kabbale 'l'Ancien des jours' est à la fois le Père et la Mère et engendre lui-même le fils. Cette 'Mère Cosmique' ce sont les Élohim. »

La Sephirah BINAH est parfois appelée « la Grande Mer ou l'Océan Primordial ». Les noms divins qui lui sont attribués sont YHWH ELOHIM et le chœur des anges qui lui correspond s'appelle les ARALIM (les Trônes). Binah est encore appelée *Koursah,* le Trône. Dans le monde macrocosmique, Binah correspond à la planète Saturne qui était la planète la plus éloignée que l'on peut voir à l'œil nu. En astrologie, Saturne régit toutes les fonctions de cristallisation, d'ordonnancement et de structuration. C'est pourquoi chez l'homme cette planète régit le système osseux, véritable charpente du corps humain. Saturne régit également la géométrie, les mathématiques, la mémoire et par extension les architectes, les scientifiques et les antiquaires. Dans le monde microcosmique humain Binah correspond au côté droit et plus particulièrement à la partie droite du crâne (Rappelons que le lobe droit du cerveau régit l'intuition, les représentations spatiales et l'imagination, la faculté de visualiser des images qui sont des caractéristiques en relation de Binah, la Grande Mère).

Les trois Sephiroth Kéther, Chokmah et Binah, constituent la première trinité ou triade de l'arbre séphirotique dont nous aborderons l'étude bientôt. Ces trois Sephiroth sont d'une certaine manière indissociables car elles sont le fondement même de la création et de la manifestation : par exemple, on sait aujourd'hui que la matière ne peut exister sans particules de polarités opposées qui sont complémentaires. En effet, un atome est composé de particules neutres électriquement, appelées neutrons, de particules positives, appelées protons et de particules négatives, appelées électrons. Les neutrons et les protons forment le noyau même de l'atome et l'essentiel de sa masse atomique, tandis que les électrons gravitent autour du noyau comme les planètes gravitent autour du soleil.

De même, la trinité Kéther-Chokmah-Binah est formée de trois sphères, dont l'une, Kéther, réalise l'équilibre des deux autres de polarités différentes, Chokmah étant masculin ou positif, et Binah étant féminine ou négative. La trinité Kéther-Chokmah-Binah, encore appelée triade séphirotique céleste, est donc l'archétype d'une des lois

essentielles de l'univers, la loi de polarité, sans laquelle rien ne pourrait exister. C'est ainsi qu'il faut toujours deux pôles opposés et un autre pour les unir afin qu'il y ait manifestation : de même qu'il faut des individus de sexe masculin et féminin pour engendrer un être nouveau.

Comme il est dit lors du rituel du grade de Néophyte :

> *« Deux forces opposées, et une qui les unit éternellement ; deux angles à la base du triangle et un angle qui en forme le sommet ; telle est l'origine de toute la création, ô Néophyte ; telle est la triade de vie ! ».*

C'est pourquoi les Kabbalistes font remarquer que ***Le livre de la genèse*** (le *Sepher Bereshith)* commence par la lettre Beth (B) à laquelle est attribuée la valeur numérique deux, exprimant ainsi la loi selon laquelle la dualité est nécessaire pour qu'il y ait manifestation sur le plan existentiel. Cependant la relation entre ces deux polarités en crée une troisième (par exemple: l'homme, la femme et l'enfant). Ainsi le triangle a toujours été l'expression la plus haute de la divinité créatrice. Le point invisible DAÂTH (la Connaissance) est d'une certaine manière le produit de la fusion entre Chokmah et Binah, entre la Sagesse et la Compréhension. C'est un point intermédiaire entre la triade constituée par Kéther-Chokmah-Binah et la triade séphirotique suivante constituée par Chésed-Gébourah-Tiphareth que nous étudierons plus tard.

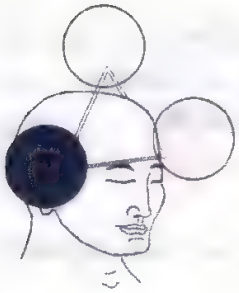
Vous allez maintenant passer à l'exercice qui suit et qui est l'application concrète de ce que vous venez d'étudier : la méditation de l'Œil d'Horus. Cette méditation vous permettra de développer vos facultés de clairvoyance et votre troisième œil.

1. La méditation de l'Œil d'Horus

1. Installez-vous confortablement et pratiquez pendant quelques minutes la respiration profonde.
2. **Faites la méditation du Point Infini.**
   Si vous maîtrisez bien cette méditation, vous pouvez abréger son processus en procédant à l'expansion de la sphère coronale de Kéther sur une seule expiration au lieu de sept. Cette expansion rapide porte le nom de méditation éclair et s'avère très utile pour la suite des exercices. Vibrez ensuite quatre fois le nom divin **EHEYEH**. Puis faites descendre l'énergie de Kéther par le rayon lumineux jusqu'à ce qu'il atteigne votre glande pinéale ou épiphyse, située au milieu sous les deux hémisphères cérébraux.
3. Une fois que la lumière a rempli votre crâne, **concentrez-vous sur votre tempe gauche, qui correspond à la Sephirah Chokmah,** et visualisez à cette hauteur un petit point lumineux. Procédez à l'expansion de ce point lumineux en sept expirations comme pour Kéther. La seule différence est la couleur de la sphère lumineuse : imaginez-la presque cristalline et opalescente, scintillant de toutes

sortes de reflets irisés comme ceux d'une bulle de savon ou d'une perle nacrée. À la fin du processus d'expansion de la sphère de Chokmah, celle-ci doit englober la moitié gauche de votre tête et rayonner à partir de votre tempe gauche, centre de la sphère séphirotique que vous avez visualisée. **Entonnez ensuite dix fois le Nom Divin qui correspond à la Sephirah Chokmah: JEHOVAH**. Vous devez le prononcer: Iiii-iéééé-ooooo-ouuuu-aaaa. Tout en prononçant ce nom divin, imaginez que cette sphère irisée tourne de plus en plus vite dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.

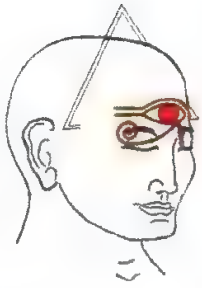
4. **Concentrez-vous ensuite sur votre tempe droite, qui correspond à la Sephirah Binah.** Procédez à l'expansion-de cette sphère selon le processus décrit au paragraphe 3, en la visualisant de couleur indigo (bleu-violacé très foncé). **Entonnez ensuite dix fois le Nom Divin correspondant à Binah: ELOHIM** (prononcez Eééé-loooo-hiiii-mmmm). Imaginez que cette sphère indigo tourne de plus en plus rapidement dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.
5. **Ensuite, visualisez en même temps les deux Sephiroth Chokmah et Binah,** sous la forme de deux sphères situées de part et d'autre de votre tête, tout en vibrant cinq fois le Nom Divin JEHOVAH ÉLOHIM (iiii-éééé-oooo-ou-aaaa ééé-lllooo-hhhimmm).



6. **Visualisez alors les trois Sephiroth Kéther-Chokmah-Binah en même temps en formation triangulaire.** Chaque sphère doit être reliée aux autres par un mince rayon lumineux de façon à dessiner un triangle de lumière. Ce triangle de lumière encadre votre cerveau.

7. **Puis tout en prenant une profonde inspiration, faites fusionner ces trois sphères en une seule** : rassemblez-les au centre de votre crâne, au point où se trouve votre glande pinéale. Lors de la rétention de votre respiration, concentrez-vous sur cette sphère unique de couleur violette, toujours entourée par le triangle de lumière.

8. **Sur l'expiration, projetez cette sphère violette au centre de votre front.** Transformez alors cette sphère de lumière violette en un disque de lumière pourpre (rouge-violacé), puis rouge. **Pensez alors au symbole de notre Ordre:** un soleil rougeoyant se levant sur la mer, image enfermée dans un triangle blanc.



9. **Imaginez maintenant que ce soleil rouge se transforme en une pupille rouge** (L'Œil d'Horus ou l'*Oudjat* égyptien).
   Imaginez ensuite qu'une multitude de faisceaux lumineux de toutes les couleurs jaillissent de cet œil d'Horus et éclairent les ténèbres devant vous dans toutes les directions jusqu'aux confins de l'univers.
10. **Tout en gardant cette pensée de l'Œil d'Horus qui voit tout, prononcez sept fois le nom divin Râ-Hoor**. (Prononcez ce nom Rrrraaaaaa-Hoooooooorrr). En vibrant ce nom, pénétrez-vous de la conviction que votre clairvoyance s'éveille et que vous pourrez voir dans l'invisible.
11. Terminez l'exercice en disant trois fois à voix haute: "***Je suis l'Œil d'Horus qui voit la face cachée des choses***". Puis levez-vous et éteignez les bougies dans le sens inverse où vous les avez allumées.

2. Les effets de la méditation de l'Œil d'Horus

Vous devez pratiquer cette méditation pendant les 15 jours à venir. Elle a pour objet d'éveiller vos facultés de clairvoyance. Elle stimule certains centres nerveux du cerveau et tout particulièrement la glande pinéale (épiphyse) et la glande pituitaire (hypophyse). Ces deux glandes endocrines sont reliées au système nerveux sympathique qui règle, entre autres, les humeurs et les émotions. Il est intéressant de remarquer que la glande pinéale contient des tissus cellulaires très voisins de ceux de l'œil; selon certains savants la glande pinéale est logée dans le cerveau limbique qui serait le vestige du cerveau primitif, lequel aurait comporté dans les temps reculés un organe de vision embryonnaire. Après avoir pratiqué au moins pendant une semaine la méditation de l'Œil d'Horus, vous pourrez tester vos progrès en clairvoyance en essayant de percevoir votre aura: ce sera votre second exercice de clairvoyance.

3. Exercice de Clairvoyance

Chaque être possède autour de lui une aura qui est l'émanation de son corps d'énergie vitale. L'aura possède plusieurs couches de plus en plus subtiles. La couche la plus dense est celle qui est la plus proche du corps physique: on l'appelle parfois improprement corps éthérique. Le terme d'enveloppe vitale est plus approprié. Cette partie de l'aura peut être photographiée au moyen de l'appareil Kirlian, nom de l'inventeur qui a mis au point un appareil photo-électrique capable d'enregistrer le rayonnement du corps vital.

Mais vous pouvez percevoir ce rayonnement sans l'aide d'une machine. Pour cela, tendez simplement le bras devant vous en mettant la main à plat sur un mur. Il est important de préciser que ce mur doit être blanc ou de couleur neutre et claire (gris clair, blanc cassé ou jaune paille). Évitez les murs peints de couleurs vives ou

sombres ou recouverts de tapisserie murale ornée de motifs, ceci afin de ne pas fausser vos observations. Si votre appartement ne possède pas de murs blancs, fixez au mur à l'aide de punaises une feuille de papier Canson blanche. L'éclairage est également important : la lumière ne doit pas être trop vive, mais la feuille blanche ou le mur blanc doivent être bien éclairés. La lumière du jour est préférable à la lumière artificielle bien que l'on trouve maintenant des ampoules Led ou à consommation réduite de couleur « blanc chaud » ou « lumière du jour ».

Après avoir appuyé la paume de la main, doigts légèrement écartés, contre le mur, reculez de quelques pas en laissant le bras et la main dans la position initiale (la main formant un angle droit avec le poignet). Une distance de vingt à trente centimètres par rapport au mur est suffisante.

Fixez ensuite attentivement l'extrémité de vos doigts et leur contour; vous devez vous concentrer sur le fond du mur plutôt que sur les doigts eux-mêmes. Votre regard doit être flou et légèrement divergent, comme si vous louchiez un peu. Fixez vos doigts et le fond du mur pendant quelques minute. Soyez patient, car il est bien rare que l'on perçoive l'aura dès les premières secondes ou même dès les premières tentatives. Il est important que votre regard soit parfaitement fixe et immobile: vos yeux ne doivent pas ciller. Après quelques instants, vous verrez un léger brouillard, gris-bleuté, formant une sorte de gaine lumineuse autour de vos doigts : il s'agit de votre **corps éthérique vital**. Généralement, il est assez facile de percevoir ce phénomène après quelques instants d'attention soutenue. Certains d'entre vous verront peut-être des sortes de flammes jaunâtres s'échapper du bout des doigts, d'autres encore, verront des rayons lumineux partir de chaque doigt. À moins que vous ne possédiez des facultés de clairvoyance innées, il est plus rare pour des débutants de percevoir autour de cette première couche gris-bleutée, une seconde couche, faite d'une substance plus fine et plus éthérée et plus large que la première : c'est le corps astral ou enveloppe émotionnelle. Celle-ci est parfois d'une teinte pastel très lumineuse parfois plus intense ou terne, et possède une couleur bien définie qui est propre à chaque individu. Si vous percevez cette couleur, notez la soigneusement car ce sera une indication précieuse pour votre développement ultérieur.

Autour de cette couche colorée se trouve un halo lumineux, qui est habituellement d'une autre couleur: il s'agit du **corps mental**, véhicule supérieur à celui du corps astral. Cette couche est encore plus difficile à percevoir étant donné la matière raffinée dont elle est constituée. Généralement pour percevoir les corps supérieurs, plus subtils que le corps vital ou éthérique, il est nécessaire d'adapter sa vision, à la manière d'un zoom de caméra : il faut avoir une vision plus globale. Ceci s'acquiert par un entraînement qui consiste à répéter fréquemment les exercices de clairvoyance.

<u>Évitez de vous concentrer trop longuement lors de ces exercices: 5 à 10 minutes suffisent amplement au début.</u> En effet, ces exercices sont fatigants pour la vue. Par contre efforcez-vous de les pratiquer quotidiennement. Faites attention notamment

aux changements de couleur qui peuvent se présenter dans votre aura d'un jour à l'autre. D'une manière générale, la couleur de base est toujours la même. Cependant, les nuances de votre couleur de base varient souvent selon diverses influences (état de santé, fatigue, état émotionnel, cycles lunaires, etc.).

Notez soigneusement vos observations et les variations de la couleur de votre aura dans votre journal magique.

5. *Les centres des Sephiroth Tiphareth (en tant que le Soleil et l'Ego ou l'essence humaine) et Yésod (en tant que la Lune et la personnalité humaine);*
6. *Et enfin, elle se situe entre le point le plus bas de Kéther et le point le plus haut de Malkouth. »*

Ajoutons encore que selon certains Kabbalistes, Daâth englobe la totalité de l'arbre de vie. Daâth est donc un point très important puisqu'elle est le siège de la conscience spirituelle: c'est la raison pour laquelle elle gouverne certains centres de la tête. Mais en tant que médiatrice, elle est localisée au niveau de la gorge et du cou qui unit la tête et le tronc dans le corps humain.

Le centre de la gorge est d'une importance primordiale en Magie puisque c'est le centre émetteur du son, donc du Verbe.

Selon l'évangile de Jean: « *Au commencement était le Verbe, et le Verbe était Dieu*", c'est-à-dire que la création naquit par le pouvoir du son et de la vibration. C'est ce qu'illustre le fameux mantra « *OM* » de la tradition orientale. Un ancien texte rituel au sein de notre Ordre, indique que ce fut le dieu égyptien Thot ou Djehouty qui créa l'Univers en prononçant le « Nom » et en vibrant les « formules de connaissance ». Les prêtres-magiciens de l'ancienne Égypte étaient appelés les ***Maâ-Kherou***, c'est-à-dire les prêtres ***justes de voix***, ceux qui savaient chanter les incantations magiques.

Le développement du centre de la gorge est donc capital dans la pratique de la Haute-Magie car il est en relation avec le pouvoir de création. C'est par la parole que les formes-pensées sont actualisées : ce qui explique pourquoi Daâth est à la fois en relation avec les centres psychiques du cerveau, qui sont aussi ceux du langage, et avec le centre de la gorge qui permet l'extériorisation du langage. Ces deux centres sont donc intimement liés (à tel point que le débat qui oppose certains philosophes et linguistes n'est toujours pas terminé : est-ce la pensée qui structure le langage, ou est-ce le langage qui structure la pensée ?).

Nous allons maintenant passer à la partie pratique de ce qui vient d'être exposé sur le plan théorique en développant par l'art de la méditation et de la visualisation le centre de la gorge.

2. Méditation sur le point invisible de DAATH

1. Installez-vous confortablement dans votre posture de méditation.
2. Pratiquez pendant 5 minutes la respiration rythmique en 4 temps.
3. **Visualisez au-dessus de votre tête la lettre hébraïque SHIN (ש)**[1]
   Visualisez cette lettre de grande taille et de couleur rouge flamboyante

---

1 *Note: La lettre Shin est le symbole du Saint-Esprit, sa valeur numérique étant de 300, valeur égale à la somme numérique des mots hébreux ROUACH ELOHIM (l'Esprit des dieux). La lettre Shin se compose de trois Yod hébreux: elle est donc le symbole parfait de la Trinité Séphirotique Kéther-Chokmah-Binah et de la Triade spirituelle constituée par Yéchidah, Chayah. et Neshamah.*

(la lettre Shin étant aussi le symbole du Feu Divin).-Imaginez que les 3 Yods sont comme 3 flammes ardentes en train de brûler au-dessus de votre tête, image de la « sainte lampe » des Kabbalistes. Après avoir visualisé avec intensité cette lettre rouge, vibrez 10 fois le nom divin qui correspond à Kéther, EHEYEH, en vous imprégnant de la présence divine sacrée et en imaginant que la sphère de Kéther au-dessus de votre tête rayonne comme un soleil flamboyant.

4. Sur une profonde inspiration, attirez vers vous un rayon de lumière qui descend et qui pénètre dans votre crâne jusqu'au niveau de votre gorge.
5. Sur la rétention de votre respiration, concentrez-vous ensuite sur un petit point lumineux de couleur violet pâle, presque transparent, de la grosseur d'une perle, situé au centre de votre gorge. Puis, sur l'expiration, procédez à l'expansion de cette perle violette jusqu'à ce qu'elle atteigne la taille d'une bille.
   Continuez ensuite le processus d'expansion progressive selon les 7 étapes dimensionnelles (perle; bille; balle de ping-pong; balle de tennis; balle de hand-ball; balle de football; ballon de basket). Lorsque que la sphère a atteint sa taille maximale, elle doit englober votre visage (jusqu'au front) et vos épaules.
6. Imaginez ensuite que cette sphère violette commence à tourner lentement dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, en jetant des feux irisées de nuances mauve, lavande, et violette[2].
7. Vibrez alors 10 fois le nom divin correspondant à Daâth: JEHOVAH ELOHIM (prononcez: iii-éééé-ooo-ou-ou-ou-aaa éééé-looo-hiiii-mmm tout en visualisant une accélération progressive de la rotation de la sphère).
8. Restez ensuite quelques instants en méditation: méditez sur le pouvoir créateur du son et sur Daâth.

Pratiquez cet exercice pendant les 15 jours à venir et notez soigneusement vos résultats dans votre journal magique.

---

2 *NOTE : Si vous avez des difficultés pour visualiser les couleurs, nous vous conseillons de vous procurer une pochette de papiers gommés brillants de toutes les couleurs; choisissez une feuille violette, découpez un cercle de grande taille que vous collerez sur une feuille de papier Canson blanc. Vous pouvez mettre cette feuille devant vous pour vous aider à visualiser la sphère violette de Daâth.*

D. L'ÉVEIL DU CENTRE CARDIAQUE EN TIPHARETH

Nous allons maintenant poursuivre l'étude des Sephiroth situées au-dessous de la trinité céleste constituée par Kéther-Chokmah-Binah et développer plus particulièrement le centre du cœur: TIPHARETH.

La triade séphirotique qui succède à la Triade Céleste formée par Kéther, Chokmah et Binah est celle qui est constituée par les trois Sephiroth Chésed, Gébourah et Tiphareth. Cette Triade est en quelque sorte le reflet inversé de la précédente puisque le sommet du triangle qu'elle forme est dirigé vers le bas, Tiphareth étant à la pointe de ce sommet, Chésed et Gébourah se trouvant aux deux angles (voir le diagramme n°°1).

Toutefois, dans le schéma de l'arbre de vie kabbalistique, les Sephiroth sont disposées non seulement selon la succession de 3 Triades consécutives, mais aussi selon 3 axes principaux que l'on nomme les trois colonnes ou piliers de l'arbre de vie (voir diagramme N° 2).

La colonne centrale, appelée "pilier du milieu" est constituée par la succession verticale des Sephiroth Kéther-(Daâth)-Tiphareth-Yésod-Malkouth. Les deux colonnes latérales sont appelées respectivement le pilier de la miséricorde et le pilier de la sévérité. Le pilier de la miséricorde est constitué par les Sephiroth Chokmah-Chésed-Netzach; le pilier de la sévérité est constitué par les Sephiroth Binah-Gébourah-Hod. Sur le diagramme, le pilier de la miséricorde se trouve à votre droite et celui de la sévérité à votre gauche lorsque vous faites face à l'arbre de vie. Comme nous l'avons déjà dit, lorsque nous nous plaçons sur l'arbre de vie, lorsque nous l'incluons en nous, le pilier de la miséricorde va correspondre par retournement à notre côté gauche, et le pilier de la sévérité à notre côté droit, comme, dans le Temple, le pilier de la sévérité correspond au nord et celui de la miséricorde au sud, la "tête" du Temple étant l'Orient. Dans le symbolisme kabbalistique de notre Ordre, le pilier central revêt une importance capitale puisqu'il correspond chez l'homme à la colonne vertébrale où sont situés les centres énergétiques les plus importants.

C'est la raison pour laquelle, le pilier du milieu est en relation avec les différents états de conscience de l'être humain, tandis que les 2 piliers latéraux sont plutôt en relation avec ses actions : il découle de ce fait une conséquence importante dans le domaine de la magie. En effet, puisque les Sephiroth situées sur les piliers latéraux sont principalement en relation avec les actions et les événements, ils sont d'une importance cruciale en magie pratique (parfois appelée « basse magie », c'est-à-dire « magie utilitaire », à ne pas confondre avec la magie noire qui relève du plan des Qlipphoth ou Sephiroth inversées).

1. Éveil du Centre du Cœur en TIPHARETH

1. Allumez devant vous 3 bougies.
2. **Prenez votre posture de méditation** et pratiquez la respiration rythmique lente et profonde pendant 5 minutes.
3. **Méditez quelques instants sur Kéther** en visualisant la lettre Shin ש avec ses 3 flammes, puis vibrez 4 fois le Nom Divin EHEYEH.
4. **Faites descendre un rayon de lumière jusqu'au centre de la gorge en Daâth** et procédez à l'expansion de ce centre en vibrant 4 fois le nom YHWH ELOHIM.
5. Après avoir pris une profonde inspiration, expirez lentement en imaginant qu'un rayon de lumière part du centre de Daâth pour **aboutir au centre de Tiphareth**, situé au niveau de votre plexus solaire (à la pointe du sternum).
6. **Concentrez-vous sur un petit point lumineux de la grosseur d'une, perle, de couleur dorée**, se trouvant au centre de votre plexus solaire. Puis procédez à l'expansion de la Sephirah en 7 étapes coordonnées avec votre respiration (voir leçons précédentes). À la fin du processus d'expansion, cette sphère dorée doit emplir toute votre poitrine et votre dos.
7. Imaginez ensuite que cette sphère d'un jaune d'or lumineux commence à tourner lentement sur elle-même dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Vibrez alors 10 fois le Nom Divin de Tiphareth : JEHOVAH ELOAH-VE-DAÂTH. (Prononcez: iii-ééé-ooo-ouuu-aaa ééé-looo-haaa vééé daaa-âaa-th). Tout en vibrant ce nom divin, imaginez que la sphère tourne de plus en plus vite en émettant un rayonnement de lumière, tel un véritable soleil.
8. **Méditez alors sur le Soleil en tant que dispensateur de l'amour cosmique:** Prenez conscience que le Soleil consume peu à peu toute sa substance et son énergie afin d'apporter à tous les êtres, sans distinction et sans condition, sa lumière et sa chaleur. Pensez au sacrifice du Soleil et aux entités spirituelles extrêmement élevées qui l'habitent et plus particulièrement à l'entité cosmique centrale de notre système solaire. Toutes les traditions l'ont honoré sous des noms divers: Amon-Râ, Osiris, Hélios, Apollon, Michaël, le Logos, ou le Christ. Réalisez que vous n'êtes qu'une étincelle de cette lumière divine qui émane du Soleil et que c'est grâce à elle que vous existez et que vous vivez. Fusionnez avec cette lumière afin de ne plus faire qu'un avec elle. Sentez la présence de l'amour de Dieu dans votre cœur
9. Une fois que vous vous serez imprégné de cette lumière et de ce sentiment, imaginez que ce rayonnement issu de votre cœur s'étend au-delà de votre corps physique et qu'il illumine toute votre sphère

aurique, puis toute la pièce où vous vous trouvez.
Pensez alors à toutes les créatures vivantes qui vous entourent (humains, animaux, végétaux, animaux et minéraux) et envoyez vers eux des pensées d'amour et de paix en imaginant que le rayonnement issu de votre cœur s'étend sur la planète entière. Pensez que vous êtes un canal par lequel la lumière s'écoule.

10. Concentrez-vous ensuite sur le centre de la sphère de Tiphareth, au niveau du cœur. Visualisez à cet endroit un point de couleur rose. Imaginez que ce point se transforme en un bouton de rose qui éclot doucement à la lumière du matin. Voyez cette rose s'épanouir avec ses pétales de couleur rubis.
11. Enfin, visualisez au centre de cette rose épanouie une statuette miniature en or du dieu OSIRIS, les bras croisés sur sa poitrine et tenant en mains la crosse et le fouet rituels du Pharaon.
Vibrez alors 7 fois le nom d'Osiris. (prononcer : ouuuu-ssss-iiii-rrrr)
12. La méditation terminée, éteignez les bougies.

Pratiquez cet exercice pendant les 15 jours à venir et notez soigneusement vos résultats dans votre journal magique.

2. Le symbolisme de TIPHARETH

Tiphareth est la Sephirah centrale de l'arbre de vie. En tant que telle, c'est une Sephirah médiatrice: c'est elle qui transmet les énergies provenant du ciel (Kéther) vers la Terre (Malkouth). Sa position est parfaitement équilibrée sur l'arbre de vie puisque c'est la seule Sephirah qui communique directement avec toutes les autres Sephiroth (à l'exception de Malkouth), et ce, par l'intermédiaire des *Nétivoth* (les sentiers de l'arbre de vie) comme vous pourrez vous en apercevoir en étudiant attentivement le schéma de l'arbre de vie kabbalistique (voir diagramme N° 4).

De plus, la Sephirah Tiphareth est entourée par six autres Sephiroth, comme si elle était le moyeu d'une roue. Ces six Sephiroth sont: (Daâth), le point invisible pouvant synthétiser ici la triade supérieure, Chésed, Gébourah, Netzach, Hod et Yésod (voir diagramme N° 5). On peut dire également que Daâth étant une porte invisible située sur un autre plan, elle ne fait pas partie des six Séphiroth entourant Tiphareth, mais, par contre, les influences des trois Sephiroth supérieures, Kéther-Chokmah-Binah se joignent en un point qui, lui, se retrouve dans l'hexagramme qui entoure Tiphareth (Daâth se trouvant dans un plan différent)

C'est la raison pour laquelle les kabbalistes ont comparé Tiphareth au Soleil entouré de ses planètes. L'ensemble des trois Séphiroth supérieures Kéther-Chokmah-Binah correspond alors à la planète Saturne (qui est normalement attribuée à Binah, mais qui ici est attribué l'ensemble conjoint de la triade supérieure), Chésed à Jupiter, Gébourah à Mars, Netzach à Vénus, Hod à Mercure et Yésod à la Lune.

nomme des 'voults', c'est-à-dire des charges magiques qui peuvent être soit de polarité électrique, soit de polarité magnétique ou bien électromagnétique. Ces 'volts' peuvent servir à créer des élémentaux, c'est-à-dire à condenser des formes-pensées utilisées dans un but bien particulier. Vous apprendrez plus tard à créer ces élémentaux.

Pour l'instant, vous devez simplement savoir que dans notre Ordre, chaque doigt a reçu une attribution Kabbalistique; c'est ainsi que les 5 doigts d'une main correspondent aux 5 éléments: le Feu, l'Air, l'Eau, la Terre et l'Esprit. De même, les dix doigts correspondent aux dix Sephiroth de la Kabbale et aussi aux planètes.

Selon le système des correspondances yétziratique, chaque doigt est en relation avec une ou plusieurs lettres de l'alphabet hébreu et, donc, avec un son et une couleur particulière. Vous étudierez plus tard ces correspondances en détails, leurs applications pratiques, ainsi que les gestes de pouvoir qui en dérivent. Afin que vous puissiez commencer à développer la sensibilité de vos mains, vous allez maintenant faire l'exercice suivant

3. Exercice de Polarité

1. Joignez vos deux mains dans l'attitude la prière, paume contre paume sans entrelacer vos doigts, puis commencez à frotter vigoureusement vos mains l'une contre l'autre: au bout de quelques instants, vous ressentirez une certaine chaleur dans les paumes. Augmentez alors la cadence et frottez-vous les mains de plus en plus vite jusqu'à ce vos paumes soient brûlantes. Arrêtez-vous seulement après avoir ressenti cette chaleur.
2. **Secouez alors vos mains vers le sol de la façon suivante**: coudes au corps, ramenez vos mains, poings serrés, jusqu'à hauteur de vos épaules; puis laissez tomber vos avant-bras vers le sol tout en ouvrant vos mains, doigts écartés: ce mouvement est semblable à celui que font les magnétiseurs afin de se décharger du magnétisme négatif que leurs mains ont capté.
3. Recommencez à vous frottez les mains, puis secouez-les à nouveau. Recommencez ce processus une troisième fois.
4. **Puis mettez vos mains face à face, à une distance d'une quinzaine de centimètres**. Vous sentirez alors un picotement caractéristique dans vos paumes et au bout de vos doigts qui seront parcourus par une sorte de courant électrique ou magnétique. Si vous rapprochez lentement vos mains l'une de l'autre, vous ressentirez alors une attraction entre elles, un lien magnétique. Chacune de vos mains sera comme le pôle d'un aimant. Écartez ensuite vos mains très lentement en essayant de déterminer la distance jusqu'où vous pouvez encore ressentir ce lien magnétique.

5. Si vous répétez cet exercice à divers moments de la semaine ou de la journée, vous constaterez que cette sensation de magnétisme varie selon votre état de fatigue, du climat, des phases de la lune, etc.

Cet exercice terminé vous pouvez passer au suivant ayant trait à l'éveil des centres séphirotiques de Chésed et de Gébourah

4. Éveil des Centres de CHÉSED et de GÉBOURAH

1. Installez-vous confortablement et prenez votre posture de méditation. Pratiquez pendant cinq minutes la respiration profonde.
2. **Méditez ensuite quelques instants sur le centre coronal de Kéther** en visualisant une sphère de lumière au-dessus de votre tête tout en vibrant 4 fois le Nom Divin EHEYEH.
3. **Méditez ensuite sur le centre de la gorge de Daâth** en visualisant une sphère violette au niveau de la gorge tout en vibrant 4 fois le Nom Divin YHWH ELOHIM.
4. **Éveillez ensuite le centre du cœur de Tiphareth** en visualisant une sphère dorée tout en vibrant 4 fois le Nom Divin JEHOVAH ELOAH-VE-DAÂTH. (Attention! ne visualisez pas la Rose et l'Osiris comme pour la méditation de Tiphareth décrite dans la leçon précédente). Prenez ensuite une profonde inspiration; puis bloquez votre respiration aussi longtemps que vous le pourrez tout en vous concentrant sur la sphère de Tiphareth.
5. **Sur l'expiration, imaginez qu'un flot de lumière dorée part du centre de votre cœur en direction de votre épaule gauche, centre de Chésed. Visualisez alors un point lumineux de couleur bleue situé au milieu de votre omoplate gauche.** Procédez à l'expansion de ce point en 7 phases comme d'habitude. Pensez à bien coordonner l'expansion du point avec votre rythme respiratoire. À chaque inspiration, lente et profonde, visualisez le parcours de la lumière astrale dans votre corps. Au début de votre inspiration, la lumière est attirée tout d'abord par le centre coronal de Kéther, puis descend dans le centre de la gorge de Daâth, pour passer ensuite dans le centre du cœur de Tiphareth et pour arriver enfin, à la fin de votre inspiration, dans le centre de CHÉSED, situé dans votre épaule gauche. Sur la rétention de votre souffle, concentrez-vous sur la sphère de Chésed; lors de l'expiration, procédez à son expansion en la visualisant d'une couleur d'un bleu franc et lumineux (bleu-roi).
6. **Dès que cette sphère bleutée aura atteint sa taille maximale à la fin de la septième expansion, vibrez 10 fois le Nom Divin EL correspondant à la Sephirah Chésed** (prononcez : èèèèèè-llllll).

Tout en vibrant ce Nom Divin, imaginez que la sphère se met à tourner dans le sens contraire des aiguilles d'une montre et qu'elle commence à pulser.

7. Puis prenez une inspiration profonde, bloquez votre respiration et sur l'expiration imaginez qu'un flot de lumière bleutée jaillit de la sphère de Chésed et descend dans votre bras gauche jusque dans votre main gauche.

8. Tournez alors la paume de votre main vers le ciel. **Concentrez-vous sur la paume de votre main gauche**. Imaginez qu'elle se charge de lumière bleutée; associez cette lumière bleutée avec l'idée de polarité magnétique, de réceptivité, de fraîcheur. Puis imaginez que votre main attire à elle un nuage de particules électroniques qui forment un tourbillon. Condensez ce tourbillon en une sphère bleue que vous tenez dans votre main.

9. **Concentrez-vous à nouveau sur le centre coronal de Kéther.** Inspirez alors la lumière astrale et faites la descendre jusqu'en Tiphareth. Bloquez ensuite votre respiration, puis sur l'expiration, **envoyez un flot de lumière partant du centre de votre cœur vers votre épaule droite.**

10. **Concentrez-vous sur un point rouge situé au centre de votre omoplate droite, centre de Gébourah.** Procédez à l'expansion de ce point en 7 phases respiratoires comme pour le centre de Chésed. A la fin du processus d'expansion, la sphère doit avoir atteint la taille d'un ballon de basket et être d'un rouge rubis flamboyant.

11. **Entonnez alors le Nom Divin ELOHIM GIBOR** correspondant à Géburah. (Vibrez: éééé-loooo-hiiii-mmmm Guiiii-boooor). Tout en vibrant le Nom Divin, visualisez la sphère en train de tourner dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.

12. Maintenez dans votre esprit l'image de cette sphère de couleur rouge vif en train de pulser tout en prenant une profonde inspiration, bloquez votre respiration, puis sur l'expiration, **envoyez un flot de lumière rouge dans votre bras et dans votre main droites,** paume tournée vers le ciel.

13. **Concentrez-vous sur votre paume droite:** vous devriez alors ressentir une forte chaleur; associez cette sensation avec l'idée de polarité électrique, chaude et émettrice. Visualisez un tourbillon d'étincelles rougeoyantes sortant de votre main droite et formant une sphère de feu.

14. Ceci achevé, concentrez-vous sur le centre du cœur de Tiphareth. Puis **étendez les deux bras en croix, paumes tournées vers les murs.** Vos

mains doivent être à angle droit par rapport à vos avant-bras; les doigts doivent être bien écartés (tirez sur les tendons). Vos bras doivent être légèrement en arrière et bien tendus: tirez aussi sur les épaules. Votre position doit être identique à celle d'un homme qui écarterait deux murs entre lesquels il se trouverait.

15. **Visualisez alors deux colonnes de chaque côté de vous** : la colonne de droite est rouge; imaginez-la faite d'un métal rougeoyant presque en fusion. La colonne de gauche est bleue : imaginez-la faite de cristal ou en glace. Vous êtes situé entre ces deux colonnes et vos mains les touchent. Ressentez la chaleur de votre main droite provoquée par le contact du métal brûlant, et la fraîcheur de votre main gauche provoquée par le contact de la glace. Restez un moment dans cette position tout en respirant profondément; à chaque expiration, visualisez un flot de lumière partant de votre plexus solaire puis parcourant vos deux bras pour arriver jusqu'à vos deux mains.
16. **Imaginez alors que votre corps forme une croix de lumière**: la branche horizontale de la croix étant formée par vos bras tendus, et la branche verticale étant formée par votre tête, votre tronc et vos jambes. Au bout de quelques secondes, vous ressentirez une sorte de picotement électrique dans vos mains, comme si des filaments de lumière sortaient de l'extrémité de vos doigts.
17. Visualisez alors 2 boules lumineuses sortant de vos mains: l'une, à gauche, est bleue: l'autre, à droite, est rouge.
18. Puis rapprochez lentement vos deux mains face à face pour rassembler les deux boules de lumière. Vous ressentirez alors un fort courant passer entre vos mains. Tout en rapprochant de plus en plus vos deux mains, toujours très lentement, faites fusionner ces deux boules de lumière rouge et bleue en une seule sphère de couleur violette.
19. Visualisez intensément cette sphère lumineuse de couleur violette; puis ramenez-la vers votre poitrine avec vos deux mains tout en inspirant profondément. Enfin incorporez cette sphère violette dans votre poitrine, en Tiphareth (votre plexus solaire).
20. Posez votre main gauche sur votre cœur et croisez votre main droite sur votre main gauche; les deux mains ainsi croisées sur votre poitrine, sentez battre votre cœur, puis visualisez en son centre une rose rouge écarlate dont les pétales seraient taillés dans la masse d'un énorme rubis.
21. Visualisez au centre de cette rose une croix de lumière qui grandit. La branche verticale de cette croix relie Kéther à Malkouth sous vos pieds; sa branche horizontale relie la sphère bleue de Chésed (située dans

votre épaule gauche) à la sphère rouge de Gébourah (située dans votre épaule droite).

22. Méditez ensuite sur le symbolisme de Chésed, la Miséricorde, et de Gébourah, la Sévérité, ainsi que sur celui de Mezla, la Balance. Déterminez quelle est la Sephirah qui prédomine dans votre caractère et celle qui est la plus faible, afin d'établir en vous un équilibre harmonieux.

Pratiquez cet exercice quotidiennement durant les 15 jours qui viennent.

doivent toujours se faire par un feu doux: un feu violent risquerait de briser le « vaisseau » (entendez par là, la cornue).

D'autre part, les techniques de concentration sur les centres séphirotiques enseignées au sein de notre Ordre ne comprennent pas de méditations prolongées sur les centres situés à l'intérieur de la colonne vertébrale comme le font les orientaux. En effet, elles portent uniquement sur les 5 centres mineurs situés sur la face avant du corps, dans la sphère aurique astrale. Elles ne concernent donc pas les centres majeurs situés à l'intérieur de la colonne vertébrale. Enfin, ces méditations se font en « circuit ouvert » (posture du Pharaon) et non en "circuit fermé" (posture en Lotus des orientaux, où les jambes ainsi que les mains sont croisées). Qui plus est, les orientaux pratiquent assis sur le sol, mettant ainsi en contact le centre de Yésod avec celui de Malkouth (la Terre), tandis que dans notre tradition nous éveillons les centres assis sur une chaise: dans cette position, le centre de Yésod est bien séparé de celui de Malkouth. D'autre part, la répartition, le nombre de *cakra,* leurs attributions élémentaires et planétaires sont différents dans les traditions indienne ou tibétaine.

Enfin, comme vous pourrez le constater lors des exercices suivants, nous faisons circuler les forces éveillées dans les centres séphirotiques à l'intérieur de la sphère aurique. Cette technique permet d'éviter la surcharge ou la congestion des centres séphirotiques, surcharge qui provoquerait de graves déséquilibres psychiques.

Toutes ces différences sont extrêmement importantes, car les traditions orientales exige parfois de ses adeptes un retrait quasiment complet du monde (parfois de simples retraites de quelques jours, ailleurs durant beaucoup plus longtemps), alors que notre tradition paraît adaptée au mode de vie occidental. Les forces éveillées à l'aide des techniques magiques occidentales peuvent être mises en action rapidement, mais se dissipent tout aussi rapidement, ce qui permet à ses adeptes de mener une vie normale au sein de la société.

1. Exercice d'éveil du Centre de YÉSOD

Vous allez maintenant commencer à pratiquer la méditation sur le centre séphirotique de Yésod. Pour cela, installez votre oratoire et procédez à l'allumage rituel des flambeaux comme d'habitude. Puis, prenez la posture du Pharaon et commencez la méditation

1. Pratiquez pendant 5 minutes la respiration profonde.
2. **Méditez quelques instants sur le centre de Kéther** situé au sommet de votre tête en visualisant une sphère lumineuse blanche et en vibrant 3 fois le Nom Divin correspondant : EHEYEH.
3. **Méditez ensuite sur le centre de Daâth:** Visualisez un rayon de lumière qui jaillit de Kéther et qui traverse votre crâne pour parvenir en Daâth, au centre de votre gorge. Puis imaginez une sphère de lumière de couleur bleu-lavande, et vibrez 3 fois le Nom Divin correspondant à Daâth: IEOUAH ELOHIM.

4. **Méditez ensuite sur le centre de Tiphareth** : Sur une expiration, visualisez un rayon (le lumière partant de Daâth et traversant votre colonne vertébrale comme si elle était un tube de néon illuminé pour arriver jusqu'en Tiphareth, votre centre cardiaque. Imaginez une sphère de lumière dorée dans votre poitrine. Vibrez 3 fois les Noms Divins de Tiphareth : IEOUAH ÉLOAH-VE-DAÂTH (ou IESHOUAH, ou IAO, si vous préférez utilisez ces Noms Divins).
5. **Activez enfin le centre de Yésod** : Sur une expiration, visualisez un rayon de lumière partant de Tiphareth et traversant, tel un filament lumineux, votre colonne vertébrale pour arriver jusqu'au centre sacré de Yésod.
6. Puis concentrez-vous sur un point lumineux de couleur pourpre (rouge grenat), situé à la base de votre colonne vertébrale au niveau du sacrum et des organes génitaux. Visualisez ce point incandescent comme une braise, puis procédez à son expansion en 7 étapes en prenant bien soin de coordonner cette expansion avec votre respiration (l'expansion de la sphère lumineuse ayant toujours lieu sur la phase d'expiration). A la fin du processus d'expansion, la sphère pourpre de Yésod doit atteindre la taille d'un ballon de basket et englober tout votre bassin y compris le haut des cuisses.
7. **Vibrez alors 7 fois le Nom Divin qui correspond à la Sephirah Yésod,** SHADDAI EL CHAI (prononcez: Chaaa-Daaa-iii êêê-èl-lll R'Aaa-ail-iii). Ce nom signifie en hébreu "Seigneur de la Vie" et fait allusion au pouvoir magique de la procréation. **Visualisez ensuite cette sphère pourpre en train de tourner** dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (sens cosmique).
8. **Méditez ensuite quelques instants en silence sur le symbolisme de la Sephirah Yésod**, siège du "Serpent de la Sagesse". Prenez conscience que la force vitale résidant en Yésod peut être transmutée en force magique qui peut vous conduire à l'Éveil et qu'elle est l'énergie de base servant à construire votre "corps de gloire".

Pratiquez cette méditation pendant les 15 prochains jours et notez soigneusement les résultats que vous obtiendrez dans votre Journal Magique.

et vivante. Généralement, on se sert de ces images magiques dans un but précis, par exemple afin de protéger un lieu (gardiens protecteurs). Comme vous pouvez le constater, Hod et Netzach sont deux Sephiroth étroitement associées et inséparables: leurs actions conjuguées se manifestent en Yésod, royaume du monde astral où règnent images et forces émotionnelles, fondement de toutes pratiques magiques qui ont pour but de concrétiser ces images et ces forces émotionnelles dans le monde de la matière en Malkouth. Le Mage imite ce faisant l'œuvre créatrice de Dieu, le Grand Magicien par excellence.

Nous allons maintenant aborder la partie pratique de cette leçon et commencer à éveiller les deux centres Sephirotiques de Netzach et de Hod.

3. Exercice d'éveil des Centres de NETZACH et de HOD

1. Installez-vous confortablement, prenez votre posture de méditation et pratiquez pendant 5 minutes la respiration profonde rythmique en 4 temps.
2. **Commencez par méditer sur le centre de Kéther** et éveillez-le tout en visualisant une sphère de lumière blanche au-dessus de votre tête tout en vibrant 4 fois le Nom Divin EHEYEH.
3. **Faites descendre un rayon de lumière jusqu'au centre de Daâth** et visualisez une sphère de couleur lavande au niveau de votre gorge tout en vibrant 4 fois le Nom Divin IEOUAH ELOHIM.
4. **Imaginez ensuite qu'un rayon de lumière part de Daâth pour arriver jusqu'en Tiphareth.** Visualisez une sphère dorée au niveau de votre cœur tout en vibrant 4 fois le Nom Divin IEOUAH ELOAH VE DAÂTH.
5. Faites jaillir un rayon de lumière du centre de Tiphareth **jusqu'au centre de Yésod.** Visualisez une sphère de couleur pourpre à la base de votre colonne vertébrale et vibrez 4 fois le Nom Divin SHADDAI EL CHAI.
6. Imaginez ensuite qu'un rayon de lumière jaillit du centre de Yésod jusqu'au centre de NETZACH, situé au niveau de votre rein gauche. Puis, concentrez-vous sur ce point et procédez à l'expansion de la sphère de Netzach en suivant les 7 étapes habituelles combinées avec 7 respirations profondes. Visualisez cette sphère d'une belle couleur vert-émeraude. Sa taille ultime doit atteindre à peu près celle d'un ballon de basket.
7. **Vibrez alors 7 fois le Nom Divin correspondant à la Sephirah Netzach**: IEOUAH TZEBAOTH. Tout en vibrant ce nom, imaginez que cette sphère verte se met à pulser et à tourner de plus en plus rapidement dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.
8. Une fois que la Sephirah de Netzach a été activée, prenez une inspiration profonde, bloquez votre respiration et sur l'expiration

envoyez un flot de lumière verte dans votre jambe gauche. Recommencez ce processus 3 fois en visualisant bien la lumière vert-émeraude en train de descendre dans votre hanche gauche, puis dans votre cuisse gauche et enfin dans votre mollet gauche.

9. Concentrez-vous à nouveau en Yésod. **Imaginez ensuite qu'un rayon de lumière parte de Yésod jusqu'à la Sephirah HOD, située dans votre rein droit.** Procédez à l'expansion de cette Sephirah en 7 étapes. Visualisez la sphère de couleur orange vif.
10. **Vibrez ensuite 7 fois le Nom Divin correspondant à la Sephirah Hod:** ELOHIM TZEBAOTH. Tout en vibrant ce nom, imaginez que cette sphère orange commence à se mettre en rotation dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Puis imaginez-la en train de tourner de plus en plus vite.
11. Après l'éveil du centre de Hod, prenez une profonde inspiration, bloquez votre respiration, puis sur l'expiration, **envoyez un flot de lumière orange dans toute votre jambe droite.** Recommencez ce processus 3 fois.
12. **Méditez enfin quelques minutes sur le symbolisme de Netzach et de Hod.** Essayez de déterminer quelle est la Sephirah dont les attributs prédominent dans votre caractère: êtes-vous plus intellectuel qu'intuitif? Votre raison prédomine-t-elle sur vos sentiments, ou est-ce le contraire? Prenez conscience de l'aspect que vous devez rééquilibrer en vous. Lorsque cette analyse est terminée, achevez votre méditation.

Pratiquez cet exercice pendant les 15 prochains jours et notez soigneusement les résultats que vous obtiendrez dans votre Journal Magique.

anciens alchimistes); tandis que l'énergie tellurique est de polarité féminine (c'est le Yin des chinois, « la terre matricielle » des alchimistes). Toutefois, nous avons mentionné que chez les égyptiens de l'antiquité ces polarités étaient inversées, la Terre étant de polarité masculine, et le ciel de polarité féminine. Pour les sages égyptiens c'était donc Geb, le dieu de la Terre qui fécondait Nout, la voûte céleste.

Ce qu'il faut retenir, c'est qu'il s'agit de deux énergies de polarités différentes, énergies que le corps humain emmagasine en Tiphareth au niveau du plexus solaire. Ces énergies, qui s'apparentent aux ondes électromagnétiques, sont converties en Tiphareth en énergie vitale et distribuées ensuite aux organes vitaux du corps. La terre a la capacité d'absorber et de dissoudre tout le magnétisme impur. C'est pourquoi il est important de marcher de temps en temps pieds nus sur la terre afin, d'une part, de se décharger de la négativité que la sphère aurique aurait pu emmagasiner, et, d'autre part, de se recharger en influx telluriques bénéfiques.

Nous allons maintenant aborder la partie pratique de cette leçon et commencer à développer le centre de Malkouth.

1. Exercice de Méditation sur MALKOUTH

1. Adoptez votre posture de méditation et pratiquez la respiration profonde pendant 5 minutes.
2. **Concentrez-vous sur Kéther,** visualisez une sphère blanche au-dessus de votre tête et vibrez 4 fois le Nom Divin EHEYEH.
3. **Faites descendre un rayon de lumière jusqu'en Daâth** et visualisez une sphère de couleur violette au niveau de votre gorge, puis vibrez 4 fois le Nom Divin IEOUAH ELOHIM.
4. **Faites descendre un rayon de lumière qui part de Daâth pour arriver jusqu'en Tiphareth.** Visualisez une sphère dorée au niveau de votre poitrine et vibrez 4 fois le Nom Divin IEOUAH ELOAH VE DAÂTH.
5. **Faites descendre le rayon de lumière de Tiphareth jusqu'à Yésod,** Visualisez une sphère pourpre à la base de votre colonne vertébrale et vibrez 4 fois le Nom Divin SHADDAI EL CHAI.
6. **Enfin, projetez un rayon partant de Yésod jusqu'en Malkouth, située sous vos pieds. Visualisez une sphère noire sous vos pieds:** imaginez qu'elle est faite d'une matière dense et lourde (par exemple une boule en pierre noire tel le basalte, ou bien une sphère en plomb). Prenez conscience de sa densité, de sa lourdeur. Puis imaginez au centre de cette sphère, un magma en fusion comme la lave qui se trouve au centre de notre planète. Ressentez l'intense chaleur que dégage cette lave en fusion sous vos pieds. Puis, imaginez que ce magma tourne lentement à l'intérieur de la sphère de Malkouth.

7. **Visualisez un tourbillon d'étincelles vertes qui se forme à l'intérieur de cette sphère;** imaginez que la chaleur augmente et que la sphère se trouvant sous vos pieds commence à devenir plus lumineuse et que sa surface sombre commence à devenir d'une belle couleur vert-bouteille, transparente comme du verre. Puis ressentez une grande chaleur dans vos pieds. Votre contact avec la terre et ses énergies telluriques vous rechargera et absorbera comme une éponge toute la négativité de votre aura.
8. **Enfin, entonnez le Nom Divin qui correspond à Malkouth: ADONAI HA-ERETZ.**
   Prononcez : Aaaa-dooo-naaa-iii Haaa Eééé-rrr-èèèè-tsss. Ce Nom signifie en hébreu : Seigneur de la Terre. Vibrez au moins 7 fois ce Nom Divin.
9. Note: Il est préférable de faire cet exercice les pieds nus; dans ce cas prenez la précaution de mettre sous vos pieds un tapis pour éviter de prendre froid. Si vous avez des difficultés pour ressentir la chaleur dans vos pieds, vous pouvez vous aider d'un liniment ou d'une huile de massage appropriée. Frictionnez bien vos pieds avant de faire l'exercice afin que le sang y afflue. Ceci permettra à votre imagination de mieux fonctionner pour avoir la sensation que vos pieds reposent sur une boule de feu.

Pratiquez cet exercice pendant 15 jours et notez soigneusement ses résultats dans votre Journal Magique.

III. EXERCICES DE MÉDITATION SUR LES DIX SEPHIROTH

T. H. Frater Nicolas Tereshchenko ✝, Praemonstrator du Temple Ahathöor n°7

A. Méditation sur chaque Sephirah

Lorsque vous pratiquez un des exercices donnés ci-dessus, au sujet des Centres séphirotiques, il est utile, au cours de votre méditation, de prononcer les phrases suivantes et de méditer sur leur signification. Chaque phrase concernent l'une des Sephiroth.

1. Aïn

Toute la puissance qui fut ou sera à jamais est ici à cet instant même.

2. Kéther

Je suis un centre d'expression pour la Primordiale-Volonté-du-Bien qui éternellement crée et soutient l'Univers.

3. Chokmah

A travers moi, son infaillible sagesse prend forme en pensée, en parole et en acte.

4. Binah

Rempli de la compréhension de sa parfaite Loi, je suis guidé à chaque instant le long du sentier de la Libération.

5. Daath

Frappant à la bonne porte et posant la bonne question, j'apprends la Vérité.

6. Chesed

Des secrets inépuisables de sa Substance Sans Limites, je tire les choses nécessaires, aussi bien spirituelles que matérielles.

7. Géburah

Je reconnais la manifestation de l'implacable Justice dans toutes les circonstances de ma vie.

8. Tiphareth

En toutes choses, grandes et petites, je vois la Beauté de l'expression divine.

9. Netzach

Vivant de cette Volonté, soutenu par sa Sagesse et sa Compréhension indéfectibles, la Vie Victorieuse est mienne.

10. Hod

J'attends avec confiance la parfaite réalisation de l'Éternelle Splendeur de la Lumière Sans Limites.

11. Yesod

En pensée, en parole et en acte, j'édifie ma vie, jour après jour, sur l'inébranlable Fondation de L'Éternité de L'Être.

12. Malkouth

Le Royaume de l'Esprit est incarné dans ma chair.

B. Pratique de ces méditations

1. Où que vous soyez

Il est également utile de les apprendre par cœur, afin qu'elles deviennent en quelque sorte une clé de méditation, que vous pouvez employer où que vous soyez, même lorsqu'il ne vous est pas possible de dresser votre Autel (en voyage, par exemple.

2. Lors de la descente ou de la remontée de l'Arbre de Vie

Elle peuvent enfin être employées les unes à la suite des autres, au fur et à mesure que vous descendez l'arbre de vie ou que vous le remontez, (allant de Kether à Chokmah, puis à Binah, Daath, Chesed, Guébourah, Tiphareth, Netzach, Hod, Yesod et enfin Malkouth.

Répétez régulièrement ces exercices, particulièrement utiles pour votre entraînement à la concentration et à la méditation.

1. Circulation des Forces dans la Sphère Aurique

Circulations latérales

a) Circulation latérale gauche

Concentrez-vous à nouveau sur le sommet de votre tête en KETHER. Prenez une profonde inspiration, bloquez votre respiration quelques secondes, puis sur l'expiration imaginez qu'un flot de lumière bleue jaillit de Kéther et descend le long du côté gauche de votre corps. Sentez ce courant de lumière bleue parcourir votre épaule et votre bras gauche, puis votre jambe gauche et enfin arriver dans votre pied gauche à la fin de votre expiration.

b) Circulation latérale droite

Arrivé à ce point en MALKOUTH, prenez une inspiration lente et profonde et visualisez un flot de lumière rouge partant de votre pied droit, et remontant dans votre jambe droite, puis dans votre bras droit pour regagner Kéther.

Recommencez plusieurs fois (4 fois minimum /10 fois maximum) **ce processus de circulation latérale gauche-droite**. Veillez à bien coordonner votre visualisation avec votre respiration en pensant à un mouvement circulaire d'énergie qui se ferait à l'intérieur de votre sphère aurique.

1. sur l'expiration : descente latérale gauche.
2. sur l'inspiration : remontée latérale droite.

Circulations frontales et dorsales

a) Circulation frontale

Concentrez-vous à nouveau sur la Sephirah Kéther. Prenez une profonde inspiration, bloquez votre respiration, puis expirez lentement et profondément en projetant de Kéther un flot de lumière dorée sous la forme d'une cascade composée de milliers d'étincelles de lumière. Cette cascade de lumière doit couler sur le devant de votre corps (poitrine, ventre et jambes) pour arriver, à la fin de votre expiration, jusqu'à vos pieds.

b) Circulation dorsale

Arrivé à ce point, prenez une inspiration profonde et lente et visualisez en même temps un geyser d'argent, formé de milliers d'étincelles argentées, jaillissant de vos talons et remontant derrière vous, le long de vos jambes et de votre dos pour rejoindre, à la fin de votre inspiration, Kéther.

Recommencez ce processus de circulation frontale et dorsale plusieurs fois (de 4 circulations minimum, à 10 maximum). Pensez à bien coordonner cette circulation d'énergie avec votre respiration: soyez conscient que vous nettoyez et purifiez votre aura grâce à cette circulation d'énergie.

Circulation en spirale (lux mirabilis)

a) Remontée des énergies

Concentrez-vous ensuite sur la Sephirah MALKOUTH : prenez conscience de sa densité et visualisez-la sous la forme d'une grande sphère noire en plomb ou en basalte sous vos pieds. Puis visualisez l'intérieur de cette sphère comme si elle contenait un feu interne. Imaginez un véritable magma en fusion, à l'image de notre globe terrestre. **Prenez une lente et profonde inspiration, en imaginant en même temps qu'une spirale de lumière jaillit sous votre pied droit pour passer au-dessus de votre pied gauche, puis derrière vos talons. Imaginez que cette spirale lumineuse tourne autour de vous dans le sens cosmique** (contraire au sens des aiguilles d'une montre).

Visualisez la spirale en train de remonter en tournant autour de vos mollets, de vos cuisses et de vos mains, de vos hanches et de vos avant-bras, de votre ventre et de vos reins, de votre poitrine, de votre dos et du haut de vos bras et enfin autour de vos épaules et de votre cou. Vous pouvez aussi visualiser cette spirale sous la forme d'un serpent de feu (le Serpent de la Sagesse), dont la tête rejoint à la fin de votre inspiration le sommet de votre crâne.

b) Descente des énergies

Arrivé à ce point, concentrez-vous sur Kéther, et expirez très lentement en imaginant que le Serpent de Feu jaillit de Kéther et commence à tourner autour de votre corps en descendant toujours dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. A la fin de votre expiration, la spirale de lumière doit avoir atteint vos pieds.

Refaites plusieurs fois la montée et la descentes des énergies: procédez à l'ascension et à la descente du Serpent de la Sagesse au moins 4 fois en combinant bien votre visualisation avec votre rythme respiratoire. Prenez conscience que vous êtes ainsi entouré d'une véritable **armure de lumière** qui rend votre aura impénétrable à toutes influences extérieures négatives.

Circulations en fontaines jaillissantes

a) Montée des énergies:

Concentrez-vous à nouveau sur Malkouth et sur son feu interne. Imaginez le magma en fusion soumis à une formidable pression en train de circuler dans le globe de Malkouth. Puis inspirez lentement et profondément et **imaginez qu'une fantastique colonne de lave jaillit de Malkouth, comme d'un volcan en éruption, et que cette colonne de lave remonte dans la colonne centrale constituée par le Pilier du Milieu.** Tout en continuant votre inspiration, imaginez que YÉSOD s'emplit de cette lave incandescente qui continue sa montée jusqu'en TIPHARETH, puis jusqu'en DAÂTH, pour arriver à la fin de votre inspiration jusqu'en KETHER.

a) Descente des énergies

Arrivé à ce stade, bloquez votre respiration, concentrez-vous sur Kéther quelques secondes, puis expirez lentement et profondément tout en **imaginant qu'une fontaine de lumière jaillit du sommet de votre crâne,** au niveau de la suture supérieure (la fontanelle). **Visualisez une pluie d'étincelles en train de tomber autour de vous à l'intérieur de votre œuf aurique.** A la fin de votre expiration, ces étincelles doivent être absorbées en Malkouth. Bloquez alors pendant quelques secondes votre respiration. Vos poumons étant vides, concentrez-vous sur Malkouth, puis prenez une inspiration profonde. Faites monter de nouveau l'énergie dans la colonne du Milieu afin de recommencer tout le processus de "la Fontaine de Lumière Jaillissante". Faites cette circulation au moins 4 fois afin de purifier votre aura et de renforcer Son rayonnement.

2. Expansion de la Sphère Aurique

a) Formation des 3 Piliers

Toujours debout, mettez les bras en croix, paumes des mains tournées face aux deux murs qui sont de chaque côté de vous. Visualisez à votre main droite une colonne de métal rouge incandescent, et à votre main gauche une colonne de glace bleutée.

b) Expansion de la Sphère Aurique

Prenez une profonde inspiration, puis, sur l'expiration, imaginez que vous repoussez les limites de votre sphère aurique selon les 8 phases suivantes

- Sur la 1ère expiration, repoussez ces limites jusqu'aux murs de la pièce où vous vous trouvez.
- Sur la 2ème expiration, repoussez ces limites jusqu'à celles du bâtiment où vous habitez.
- Sur la 3ème expiration, les limites de votre aura atteignent celles du quartier où vous résidez.
- Sur la 4ème expiration, votre sphère aurique atteint la dimension de la ville où vous vous trouvez.
- Sur la 5ème expiration, elle atteint la dimension de votre région.
- Sur la 6ème expiration, elle est aussi grande que votre pays.
- Sur la 7ème expiration, elle est aussi grande que votre continent.
- Sur la 8ème expiration, elle sera confondue avec la planète entière.

c) Formation de l'Étoile

Croisez ensuite vos deux mains sur votre cœur et visualisez en son centre une étoile rayonnant en croix de tous ses feux. Sentez votre cœur battre et harmonisez-vous

avec ses pulsations. Imaginez que cette étoile devient un véritable soleil en train de pulser et d'illuminer la Terre entière. Après être resté quelques instants en communion avec la Conscience Cosmique, revenez à votre taille normale en imaginant la rétraction de votre Sphère Aurique selon les 8 étapes décrites plus haut, mais dans le sens contraire (Planète, Continent, Pays, Région, Ville, Quartier, Bâtiment, Pièce).

> *NOTE : La pratique du Rituel du Pilier prend, avec un peu d'entraînement, environ une demi-heure. Il est essentiel que vous mémorisiez toutes les étapes de ce Rituel par cœur afin que vous soyez capable de l'effectuer sans aucune hésitation. Il est tout à fait normal de ressentir après ce Rituel une légère fatigue physique due à la station debout prolongée; cependant vous constaterez que ce Rituel vous rechargera psychiquement: votre moral et votre mental s'amélioreront considérablement. Vous trouverez grâce à sa pratique, un nouvel équilibre, une certaine joie de vivre: cela est dû au fait que vous avez purifié votre aura de toute négativité.*

Pratiquez cet exercice durant 15 jours et notez ses effets dans votre Journal Magique.

Lorsque vous vous serez exercé pendant un certain temps, vous pourrez effectuer , selon nos instructions, des descentes du Pilier du milieu non pas seulement avec les forces des noms des Sephirah, mais avec d'autres noms de dieux égyptiens, par exemple.

1) Assomption de la forme télesmatique

- Debout, face à l'Est, respirez plusieurs fois profondément.
- Visualisez autour de votre corps une silhouette de lumière dorée qui vous enveloppe.
- Inspirez profondément, gardez les poumons gonflés pendant quelques instants, puis sur l'expiration, imaginez que ce corps de lumière grandit jusqu'à toucher le plafond de la pièce où vous vous trouvez.
- Recommence ce processus en imaginant, sur la 2e expiration, que votre corps de lumière atteint la taille de l'immeuble où vous habitez.
- Sur la 3e expiration, imaginez que votre corps de lumière se dilate encore jusqu'à atteindre les nuages. Sentez votre tête toucher les nuages et imaginez que vous voyez la ville où vous résidez minuscule à vos pieds, comme vue d'avion.
- Faites grandir votre corps lumineux une 4e fois, et imaginez que votre tête touche les étoiles, vos pieds reposant fermement sur le globe terrestre.
- Sentez la terre trembler sous vos pieds ; imaginez que des éclairs flamboient tout autour de vous, illuminant votre Sphère Aurique ; entendez le tonnerre gronder.
- Concentrez-vous ensuite sur un point situé au-dessus de votre tête et imaginez que toutes les étoiles de l'univers se rassemblent en ce point pour former une gigantesque galaxie globulaire ; puis voyez toutes ces étoiles fusionner pour former le « Soleil Absolu ».

2) Descente des forces

- Élevez alors la main droite au-dessus de votre tête et imaginez que vous touchez le centre de ce Soleil Absolu ; puis amenez votre main à hauteur de votre front en imaginant que vous tirez à vous un fil de lumière.
- Touchez alors votre front, à l'endroit du troisième œil, et vibrez le mot ATAH (Aaaa-taaaa) tout en imaginant qu'un flot de lumière pénètre dans votre tête. En prononçant ce mot, soyez conscient de sa signification (« A Toi Seigneur ») et du fait que vous dédiez votre travail à la divinité.
- Amenez ensuite votre main au niveau de votre poitrine tout en visualisant un trait de lumière partant de votre front pour aboutir à votre cœur. En touchant votre plexus solaire, commencez à prononcer le mot MALKOUTH (Maaal-kouououu-th), et descendez la main, doigts pointés vers le sol, en terminant de le prononcer, tout en visualisant une colonne de lumière qui descend jusqu'à vos pieds.
- Restez silencieux pendant quelques secondes afin de sentir l'énergie s'écouler de Kéther en Malkouth afin de bien former la Colonne du Milieu.

- Touchez ensuite votre épaule droite et vibrez le nom VE-GEBOURAH (Vééé- guééé-bououou-raaaah) en visualisant une sphère de lumière couleur rouge-rubis au niveau de votre omoplate droite.
- Amenez la main vers votre épaule gauche tout en visualisant un trait de lumière partant de l'épaule droite et arrivant à l'épaule gauche. Touchez votre épaule gauche en vibrant le nom VE-GEDOULAH (Vééé-guééé-douououu-laaah). Visualisez une sphère bleu saphir au niveau de votre omoplate gauche.
- Joignez ensuite les deux mains devant vous à hauteur du cœur dans l'attitude de la prière. Lorsque l'on joint les mains, on amène, par la main droite, les énergies de la sphère rouge écarlate que l'on a visualisée en touchant l'épaule droite, et, par la main gauche, les énergies de la sphère bleu saphir visualisée à l'épaule gauche. Ce faisant, vibrez les mots: "LE ÔLAM - AMEN" (Lééé-ôoo-laaa-mmm. Aaa-mm-èèè-nnn). Quand on prononce LE OLAM, les deux énergies, rouge et bleue, se rejoignent et se fondent en une sphère violette, et au mot Amen, cette sphère devient dorée mais transparente, et on visualise au sein de cette sphère, au creux des mains jointes, une rose rouge-rubis éclairée de l'intérieur, telle une lampe.

3) Visualisation de la croix de lumière dans l'aura

- Restez quelques instants dans cette attitude de prière tout en maintenant dans votre esprit la vision de la croix de lumière que vous avez ainsi formée dans votre Sphère Aurique; Au centre de cette croix de lumière dorée, la rose rouge rubis s'épanouit lentement et que sa lumière s'intensifie au point de pulser et d'éclairer la totalité de votre Aura: vous avez ainsi créé en vous le symbole de la Rose+Croix: la rose rouge et de la croix d'or.
- Enfin terminez en visualisant à nouveau votre corps de lumière sous la forme d'une silhouette lumineuse d'une taille gigantesque qui rayonne en croix dans l'espace et dont les pieds reposent solidement sur le globe terrestre. vous formez ainsi le symbole alchimique de la Materia Prima : le cercle surmonté de la croix.

Pratiquez ce rituel chaque jour, et notez dans votre Journal Magique ce que vous ressentez en le pratiquant, et les effets qu'il vous semble avoir dans votre vie quotidienne.

Les Mots de Pouvoir dans ce rituel forment une phrase en hébreu, dont voici la transcription hébraïque : אתה מלכות וגבורה וגדולה לעלם אמן, et dont la signification littérale exacte est: **" Toi (Atah), la Royauté (Malkouth), la Puissance (Gébourah), la Majesté (Gédoulah), pour l'Éternité (Le-Ôlam) ; Certes ! (Amen) "**. Elle est à l'origine de cette phrase de l'Évangile citée plus haut.

Le mot hébreu ÔLAM est difficilement traduisible puisqu'il signifie à la fois « monde » ou « univers », mais aussi « éternité », et qu'il possède également le sens

de « cycle » ou de « siècle » (les Eons des Grecs anciens). Quant au mot « Amen », souvent traduit par « Ainsi soit-il », il marque une affirmation certaine, une foi absolue en ce qui a été dit ; il rappelle aussi le nom du dieu égyptien AMON, qui signifie « le caché ».

On peut aussi rappeler ce qu'a écrit un des Imperatores du Temple Ahathöor de Paris :

> *« Beaucoup de Néophytes qui débutent dans la Magie s'imaginent qu'il suffit d'accomplir un rituel pour obtenir des "pouvoirs". La réalité est bien différente et il nous faut souligner ici qu'un rituel n'a aucun pouvoir en lui-même : le pouvoir existe en fait, bien qu'à l'état latent, à l'intérieur de l'opérateur.*
>
> *Le rituel sert simplement de clef pour ouvrir la porte intérieure par laquelle le 'pouvoir' pourra faire irruption dans l'esprit ou la conscience de l'opérateur. Nous avons tous, bien qu'à des degrés divers, un certain nombre de facultés psychiques ou de pouvoirs paranormaux, mais ils sont en sommeil. Les rituels peuvent nous aider à éveiller ces facultés en nous déconditionnant, c'est-à-dire en brisant les routines et le train-train de la vie quotidienne qui nous enferment dans un carcan et qui engourdissent notre esprit. »*

Sachez donc rester réaliste et objectif dans vos observations sur les effets de vos rituels.

a) Passez plusieurs fois la lame de votre Dague dans la flamme de la bougie rouge jusqu'à ce qu'elle devienne brûlante ; imaginez que toute trace d'impureté est brûlée par le feu.

b) Puis posez la dague près de la bougie rouge **sur un support isolant de la chaleur**.

c) Comme auparavant, tracez avec vos doigts un cercle au-dessus de votre dague, puis tracez le Pentagramme Mineur de Bannissement. En pointant le centre du Pentagramme avec vos deux doigts tendus, vibrez le Nom Divin **ADONAI** et visualisez une étoile à 5 branches flamboyante. Imaginez que toute la lumière rougeoyante du Pentagramme pénètre la Dague et chasse toute force obscure.

d) Dites alors : « **Par le Tout Puissant Nom de Dieu ADONAI, et au Nom de l'Archange MICHAËL, je purifie cette dague par les puissances du Feu !** »

– **Allez à l'Ouest avec votre Dague**

a) Trempez jusqu'à sa garde sa lame dans l'eau contenue dans la coupe. Imaginez que toute influence maléfique est absorbée par l'eau. Sans vous hâter, maintenez la lame dans l'eau pendant au moins une minute en vous concentrant fortement sur cette pensée.

b) Puis posez la dague près de la coupe.

c) Tracez au-dessus d'elle le cercle de flammes et le Pentagramme Mineur de Bannissement ; puis en pointant le centre du Pentagramme, vibrez le Nom Divin **EHEIEH** en visualisant une lumière bleutée qui pénètre dans la dague ;

d) Dites ensuite : **« Par le Tout Puissant Nom de Dieu EHEIEH, et au nom de l'Archange GABRIEL, je purifie cette dague par les Puissances de l'Eau ! »**

– **Allez au Nord avec votre Dague**.

a) Essuyez soigneusement la lame avec un tissu propre avant de la planter jusqu'à la garde dans le récipient plein de terre (si vous négligez cette précaution, la lame risque de rouiller) et imaginez que la terre absorbe tout influence négative.

b) Puis tracez au-dessus de votre dague l'anneau de flammes et le Pentagramme de Bannissement. En pointant le centre du Pentagramme, vibrez le Nom Divin **AGLA** et visualisez une lumière verte qui pénètre dans la dague ;

c) Puis dites: « **Par le Tout Puissant Nom de Dieu AGLA, et au nom de l'Archange AOURIEL, je purifie cette Dague par les Puissances de la Terre !** » Laissez la dague plantée dans la terre et allez à l'Est.

– **Face à l'est, faites le Rituel de la Croix Kabbalistique,** puis éteignez les luminaires dans le sens inverse de l'allumage.

Vous devez laisser votre dague plantée dans la terre pendant toute la durée de la phase décroissante de la lune afin que la terre puisse absorber toute influence négative rémanente. Lorsque la lune redeviendra croissante, vous pourrez effectuer le Rituel de Consécration proprement dit.

2) RITUEL DE CONSÉCRATION DE LA DAGUE DU NÉOPHYTE.

Ainsi que nous l'avons déjà indiqué, un rituel de consécration est une opération magique qui permet de rendre sacrée une chose profane. Ce rituel de consécration permettra donc de charger magiquement un objet et de le dédier à des fins exclusivement rituelles. Cet objet devient alors sacré parce qu'on le garde séparé du monde profane, c'est-à-dire qu'on le préserve de toute utilisation vulgaire. Lorsque vous accomplirez le rituel de consécration de votre Dague, vous devrez donc avoir conscience qu'il s'agit là d'un acte solennel d'engagement devant la divinité qui lui signifie votre intention définitive de réserver cet objet uniquement à des fins magiques. N'oubliez jamais que c'est l'usage que vous ferez de cette dague qui la rendra sacrée, plus encore que le rituel de consécration proprement dit. Si vous utilisez votre dague rituelle comme coupe-papier ou comme couteau de cuisine, non seulement vous la désacraliserez complètement, mais vous serez aussi responsable d'un acte de profanation, ce qui risque de vous attirer la malédiction du ciel, car comme le dit la Bible, "malheur à celui qui invoque en vain le Nom du Seigneur!". Votre attitude envers un objet consacré doit donc être pleine de respect: vous devez en prendre un soin tout particulier.

Par ailleurs, sachez que la dague que vous consacrerez deviendra de plus en plus chargée au fur et à mesure que le temps passera : plus vous l'utiliserez pour accomplir vos Rituels Mineurs de Bannissement, plus son pouvoir augmentera. En effet, en accomplissant régulièrement ces rituels avec votre dague magique, vous associerez cet instrument à la puissante forme-pensée créée par le rituel Mineur du Pentagramme. Votre dague sera ainsi reliée à l'Égrégore de notre Ordre. Selon notre Tradition, la dague du Néophyte ne doit être utilisée que pour les Rituels Mineurs du Pentagramme, qu'ils soient de Bannissement ou d'Invocation.

1) Conditions astrologiques

Le Rituel de Consécration de votre Dague doit être accompli lors de la phase de la Lune Croissante. Pour cela, regardez les phases de la lune sur un calendrier : la phase de la lune croissante commence dès le premier jour après la Nouvelle Lune (marquée

par un cercle noir) et s'achève lors de la Pleine Lune ○ (marquée par un cercle blanc). Le milieu exact de la phase de la Lune croissante est marquée sur le calendrier par un croissant ◐ formant la lettre "D". Cette période située entre le lendemain de la lune noire, ● et la pleine Lune ○ est une période favorable pour effectuer les rituels qui ont pour but d'invoquer et d'appeler toutes les forces positives, ainsi que pour charger les talismans et les armes magiques. Lors de la phase de la Lune Croissante, les énergies sont ascendantes et de nature constructive : c'est pourquoi cette phase lunaire est utilisée lors des rituels d'invocation et pour tous les travaux magiques où l'on désire obtenir quelque chose. Évitez d'opérer pendant les premières heures de la Nouvelle Lune (lune noire du calendrier et astre invisible dans le ciel), car cette période reflète le changement des forces, entre lune décroissante et lune croissante, et engendre souvent des bouleversements. Vous pouvez accomplir votre Rituel également un Samedi soir, mais les Archanges seront invoqués ici en tant que gouverneurs célestes.

2) Disposition de l'oratoire

Disposez votre oratoire de la même façon que pour le Rituel de purification de la Dague, l'Autel et l'encensoir étant à l'Est, la bougie rouge étant au Sud, la Coupe d'Eau à l'Ouest, et la Patène de Sel au Nord. Retirez votre Dague du récipient contenant la terre dans laquelle elle est plantée ; essuyez sa lame avec un tissu propre, puis posez votre Dague sur l'Autel devant l'encensoir.

3) Rituel de consécration de la dague de néophyte

- **Face à l'Est, allumez les cierges de l'Autel** selon le rituel habituel en commençant par allumer la veilleuse rouge (symbolisant Kéther), puis le cierge à votre droite (Chokmah) et enfin celui à votre gauche (Binah).
- **Allez ensuite au Sud et prenez la bougie rouge** ; passez par l'Ouest et le Nord pour revenir à l'Est. Allumez la bougie rouge à la flamme de la veilleuse rouge de l'Autel, puis portez la bougie rouge au Sud et posez-la.
- **Allez à l'Ouest, prenez la Coupe d'eau lustrale** et allez à l'Est en passant par le Nord.
    - Puis purifiez votre oratoire à chaque point cardinal de la même façon que lors du rituel de purification :
    - tracez une croix dans l'air avec votre Coupe, puis faites trois aspersions d'eau lustrale en marquant les angles du triangle d'invocation de l'Eau (triangle pointe vers le bas).
    - Commencez votre rituel par l'Est, puis continuez par le Sud, puis par l'Ouest et enfin le Nord. Revenez à l'Est, puis face à l'Orient, dites:

      « J'ai purifié cet oratoire par l'Eau lustrale! »

- **Allumez le bâton d'encens à la flamme de la veilleuse rouge.**
  - Procédez comme lors du rituel de purification, à chaque point cardinal: tracez une croix dans l'air avec le bâton d'encens fumant, puis marquez les angles du triangle d'invocation du Feu (triangle pointe vers le haut).
  - Commencez votre rituel par l'Est, continuez par le Sud, puis l'Ouest et finissez au Nord. Revenez enfin face à l'Est et dites:

    « J'ai consacré cet Oratoire par le Feu ! »

- Toujours face à l'Est, **faites le Rituel de la Croix Kabbalistique.** (Servez-vous seulement de votre main.)
- **Debout, face à votre Autel, allumez le charbon ardent dans votre encensoir** et jetez dessus quelques larmes d'encens.

  a) Prenez votre Dague et passez-la lentement plusieurs fois dans la fumée dégagée par l'encens. Imaginez que la fumée de l'encens sanctifie votre Dague.

  b) Posez votre Dague sur l'Autel,

  c) puis avec votre index et votre majeur tendus, **tracez lentement,** au-dessus de la Dague, **un cercle dans le sens contraire des aiguilles d'une montre** en visualisant en même temps qu'un anneau de flammes entoure la Dague. Puis tracez au-dessus d'elle le Pentagramme Mineur d'Invocation. Pointez ensuite vos doigts au centre du Pentagramme et vibrez le Nom Divin **YHVH** (prononcez **iii-ééé-ooo-ou-aaah**) tout en imaginant que le Pentagramme devient flamboyant et rayonnant et que sa lumière pénètre dans la Dague.

  d) Puis dites:

  « Par le Tout Puissant Nom de Dieu JEHOVAH, je consacre cette Dague au Grand Œuvre! »

- **Prenez votre Dague et allez au Sud.**

  a) Passez plusieurs fois la lame de votre Dague dans la flamme de la bougie rouge en imaginant que le Feu la sanctifie.

  b) Puis posez la dague près de la bougie rouge sur un support isolant de la chaleur.

  c) Comme auparavant, tracez avec vos doigts un cercle au-dessus de votre dague, puis tracez le Pentagramme Mineur d'Invocation. En pointant le centre du Pentagramme avec vos deux doigts tendus, vibrez le Nom Divin **ADONAI** et visualisez une étoile à 5 branches flamboyante.

Imaginez que toute la lumière rayonnante du Pentagramme pénètre à l'intérieur de la Dague.

d) Dites alors

« Par le Tout Puissant Nom de Dieu ADONAI, je consacre cette Dague au Grand Œuvre! »

– **Allez à l'Ouest avec votre Dague**

a) Trempez jusqu'à la garde sa lame dans l'eau contenue dans la coupe pour la bénir.

b) Puis posez la dague près de la coupe.

c) Tracez au-dessus de votre dague le cercle de flammes et le Pentagramme Mineur d'invocation; puis en pointant le centre du Pentagramme, vibrez le Nom Divin **EHEYEH** en visualisant une lumière infusant tous les structures de la dague;

d) dites ensuite:

« Par le Tout Puissant Nom de Dieu EHEYEH, je consacre cette Dague au Grand Œuvre! »

– **Allez au Nord avec votre Dague**

a) consacrez-la en jetant dessus trois pincées de sel contenu dans la Patène.

b) Tracez au-dessus de votre dague le cercle flamboyant et le Pentagramme d'invocation.

c) En pointant le centre du Pentagramme, vibrez le Nom Divin **AGLA**; imaginez qu'une lumière entoure et pénètre la dague

d) Puis dites:

« Par le Tout Puissant Nom de Dieu AGLA, je consacre cette Dague au Grand Œuvre! »

– **Puis, allez à l'Est et posez la Dague sur l'Autel.**

a) Remettez un peu d'encens sur le charbon ardent.

b) Face à l'Est, mettez les bras en croix et visualisez le nom de l'Archange MICHAEL en lettres de feu devant vous. Puis aspirez-le en vous selon la méthode du Pilier du Milieu. Faites ensuite le Signe de Projection vers la dague en vibrant le nom de Michaël tout en imaginant qu'un éclair jaillit de vos mains et charge la dague de pouvoir magique.

c) Faites ensuite le Signe du Silence et visualisez l'Archange Michaël devant vous, bénissant votre Dague ; puis dites

« Au nom du Grand Archange MICHAEL, je consacre cette Dague au Grand Œuvre! »

– **Prenez votre dague et tournez-vous vers l'Ouest.**

a) Déposez la dague près de la coupe.

b) Faites la même opération qu'auparavant en vibrant le nom de l'Archange RAPHAEL par la méthode du Pilier du Milieu.

c) Faites le Signe de Projection pour charger la dague, puis le Signe du Silence tout en visualisant la forme télesmatique de l'Archange Raphaël. Voyez-le bénissant votre dague.

d) Dites ensuite :

« Au nom du Grand Archange RAPHAËL, je consacre cette dague au Grand Œuvre! »

– **Prenez votre Dague et tournez-vous vers le Sud.**

a) Déposez la dague près de la bougie rouge.

b) Vibrez le nom de l'Archange AOURIEL par la méthode du Pilier du Milieu.

c) Faites le Signe de Projection pour charger la dague. Faites ensuite le Signe du Silence en visualisant l'Archange Aouriel en train de bénir votre dague en la touchant de son flambeau.

d) Dites ensuite:

« Au nom du Grand Archange AOURIEL, je consacre cette Dague au Grand Œuvre! »

– **Prenez votre dague et tournez-vous vers le Nord.**

a) Déposez votre dague près de la Patène de Sel.

b) Vibrez le nom de l'archange GABRIEL par la méthode du Pilier du Milieu.

c) Faites le Signe de Projection pour charger la dague, puis faites le Signe du Silence en visualisant l'Archange Gabriel bénissant votre Dague.

d) Dites ensuite:

« Au nom du Grand Archange GABRIEL, je consacre cette dague au Grand Œuvre! »

– **Prenez votre dague en main de la façon suivante :**

L'index et le majeur posés sur la lame, tandis que l'annulaire, l'auriculaire et le pouce enserrent la poignée. Le pommeau de la dague doit se trouver dans votre paume presque au niveau du poignet.

Face à l'est, faites le Rituel de la Croix Kabbalistique avec votre dague nouvellement consacrée:

a) Touchez votre front (à l'emplacement du "troisième oeil") avec la pointe de votre lame et prononcez le nom **ATAH**;

b) touchez ensuite votre plexus solaire avec le pommeau en vibrant le mot **MALKOUTH**;

c) touchez votre clavicule droite, puis votre clavicule gauche avec le plat de la lame en prononçant respectivement les mots **VE-GÉBOURAH** et **VE-GÉDOULAH**.

d) Enfin lorsque vous vibrerez les mots **LE-OLAM AMEN**, tenez la poignée de votre dague entre vos deux mains jointes à hauteur de votre poitrine, le tranchant de la lame dirigé vers le haut.

– **Éteignez les luminaires dans le sens inverse de l'allumage.**

Le Rituel de Consécration achevé, essuyez bien la lame avec un tissu propre afin d'ôter soigneusement l'eau et le sel qui sont susceptibles de corroder le métal. Vous devez maintenant peindre votre Nom Initiatique en blanc sur le manche noir si sa surface est lisse (dans le cas contraire peignez-le en noir sur la lame).

Enveloppez ensuite votre Dague dans un tissu en soie noire (velours de soie, par exemple, dans lequel vous pourrez coudre une enveloppe. le pongé étant trop fin pour la couture ne pourrait vous servir que temporairement). La soie est un excellent isolant qui permet de garder les charges magiques et magnétiques) Vous devez ranger soigneusement votre Dague à l'abri de tout regard indiscret.

Désormais vous devez être le seul à toucher et à manipuler cette dague: ne la prêtez jamais, même à un Frater ou à une Soror. N'oubliez pas que cette Dague est un instrument de travail personnel qui sera chargé par votre propre magnétisme et par vos rituels. Dans la quinzaine qui suivra, exercez-vous à faire le Rituel Mineur du Pentagramme de Bannissement à l'aide de votre Dague Magique.

Attention! Vous ne devez désormais en aucun cas tracer **au-dessus de la dague** un Pentagramme de Bannissement ; car vous la déchargeriez et vous annuleriez le rituel de Consécration. Vous devez seulement utiliser votre dague pour tracer dans l'air et devant vous des Pentagrammes de Bannissement.

Dans le chapitre suivant, nous vous expliquerons davantage quel est le pouvoir magique attribué aux pointes métalliques pour dissoudre les larves astrales et quel est l'exercice particulier dérivé du Rituel Mineur du Pentagramme de Bannissement se rapportant à ce sujet.

VI. RITUEL D'AUTO EXORCISME.

D'après Frater Frater Iehi Aour (Allan Bennett)

L'une des utilisations pratiques majeures du Rituel Mineur du Pentagramme de Bannissement est la purification de la Sphère de Sensation ou Sphère Aurique, car celle-ci peut se trouver infectée par des formes-pensées négatives qui finissent par créer ce que l'on nomme en occultisme des « larves »

Ces larves sont des formes-pensées qui peuvent devenir à la longue des entités indépendantes possédant leur vie propre et se nourrissant de l'énergie vitale du corps éthérique. Ces entités parasites sont le plus souvent générées par la personne elle-même: par exemple une personne angoissée, en proie à une vive inquiétude ou à une peur permanente, peut finir par créer une larve dans sa Sphère Aurique. Si cette larve se nourrit exclusivement au niveau éthérique, cette personne sera tout d'abord épuisée, puis elle finira par tomber malade (l'infection du corps éthérique se répercutant sur le corps physique). Mais si la larve en question se nourrit au niveau du corps astral ou mental, la personne en question risque d'avoir de graves troubles psychiques, et même de devenir folle. La folie est parfois le résultat d'une détérioration profonde du corps mental ou du corps astral émotionnel. Elle est alors généralement due à une pensée obsessionnelle qui finit par créer une larve élémentale : pour survivre, celle-ci s'alimentera de cette pensée et s'incrustera dans la Sphère Aurique. C'est pourquoi il est difficile de se débarrasser d'une larve, devenue une entité psychique indépendante vivant d'une façon parasite aux dépens de la Sphère Aurique.

Une personne qui nourrit une pensée obsessionnelle peut évidemment s'en débarrasser en résolvant le problème qui est à l'origine de cette pensée (par exemple en suivant une psychothérapie). Mais si cette pensée obsessionnelle a été nourrie pendant longtemps et qu'elle a généré une larve dans la Sphère Aurique, il pourra y avoir rechute malgré la psychothérapie.

Si la personne cesse d'alimenter psychiquement cette pensée, la larve s'affaiblira, mais continuera d'exister potentiellement sur les plans subtils. Elle tentera alors de relancer le processus d'obsession mentale pour se nourrir. C'est la raison pour laquelle on dit que la Sphère Aurique est alors « infectée ». *Il est donc nécessaire de la nettoyer et de la débarrasser de cette entité parasite; pour ce faire, la Magie est bien plus efficace que la psychothérapie* (ce qui ne veut pas dire que la Magie suffise à elle seule: la psychothérapie est également nécessaire, mais pas suffisante. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle certains membres éminents de la Golden Dawn, tels Dion Fortune ou Israël Regardie, sont devenus psychothérapeutes tout en utilisant des techniques occultes qui leur ont permis de guérir certains cas de folie pourtant réputés incurables par la médecine.)